Kurinji - 93



GOVT. SIDDHA MEDICAL COLLEGE

PALAYAMKOTTAI, TIRUNELVELI - 627 002

Annual Magazine

Ex.officio President and Principal
Dr.K.V. Vaitheeswaran M.D. (S)

Staff Editor and Secretary
Dr.P.R. Ramasamy M.D. (S)

Staff Treasurer and Professor
Dr.V. Ramdoss M.D.(S)

Student Editor and Secretary
Mr.C. Savariraj Sagayam IV B.S.M.S.

Class Representatives

Dr.N. Jeyasankar II M.D.(S)
Miss.M. Mathavi Final B.S.M.S.
Mr.P. Sivaji Ganesan
Mr.Michael A. John
Mr.M. Venugopal
Mr.I. Kumaranandan
Mr.K.K. Om Prakash
Mr.M. Muthukumar
Mr.S. David G.D. Dhasan
Mr.K. Poongundran
Miss.G. Ponneeswari
Mr.R. Velkumar III B.S.M.S.
Miss.B. Subha
Mr.A. Balamurugan II B.S.M.S
Miss.G. Packialakshmi
Mr.P. Jerome Xavier I B.S.M.S.
Miss.J. Hema Sujatha
Miss.T. Usha II D.Pharm
Miss.K. Aruna I D.Pharm
Miss.G. Thilagavathi

SEEK. LEARN. SERVE

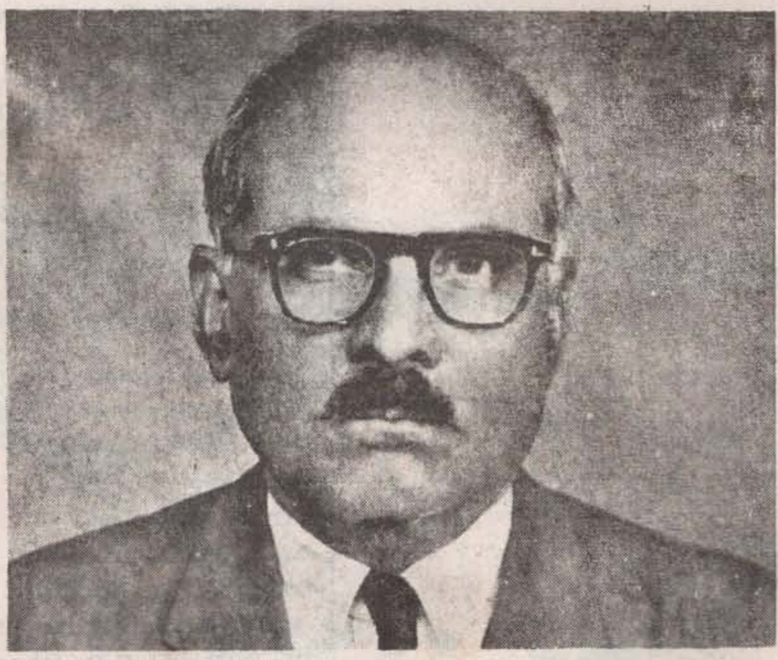
Kurinji - 93

குறிஞ்சி - 93

சமர்ப்பணம்

இலட்சியவாதிகள் புதைக்கப்படுவதில்லை

விதைக்கப்படுகிறார்கள்.



மறைந்த

டாக்டர் C.S. **உத்தமராயன்** H.P.I.M.

முன்னாள் கல்லூரி முதல்வர் மற்றும் இந்திய மருத்துவத் துறை இயக்குநர்

சித்த மருத்துவத்தின்

சிறப்பிற்கும் செழுமைக்கும்

வித்தாகி விழுதாகி

வேராகி வாழ்கின்ற

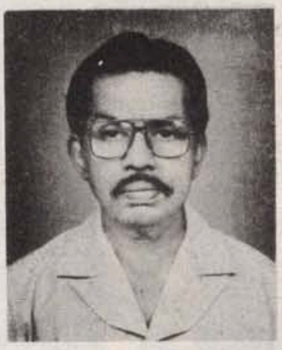
உத்தம ராயரே

உள்ளத்தால் வணங்குகின்றோம்.

சமர்ப்பணம்

மனிதன் சாகலாம்

ஆனால் அழியக் கூடாது



மறைந்த

டாக்டர் இரா. குமாரசாமி, **M.A. (Bot), Ph.D.,**

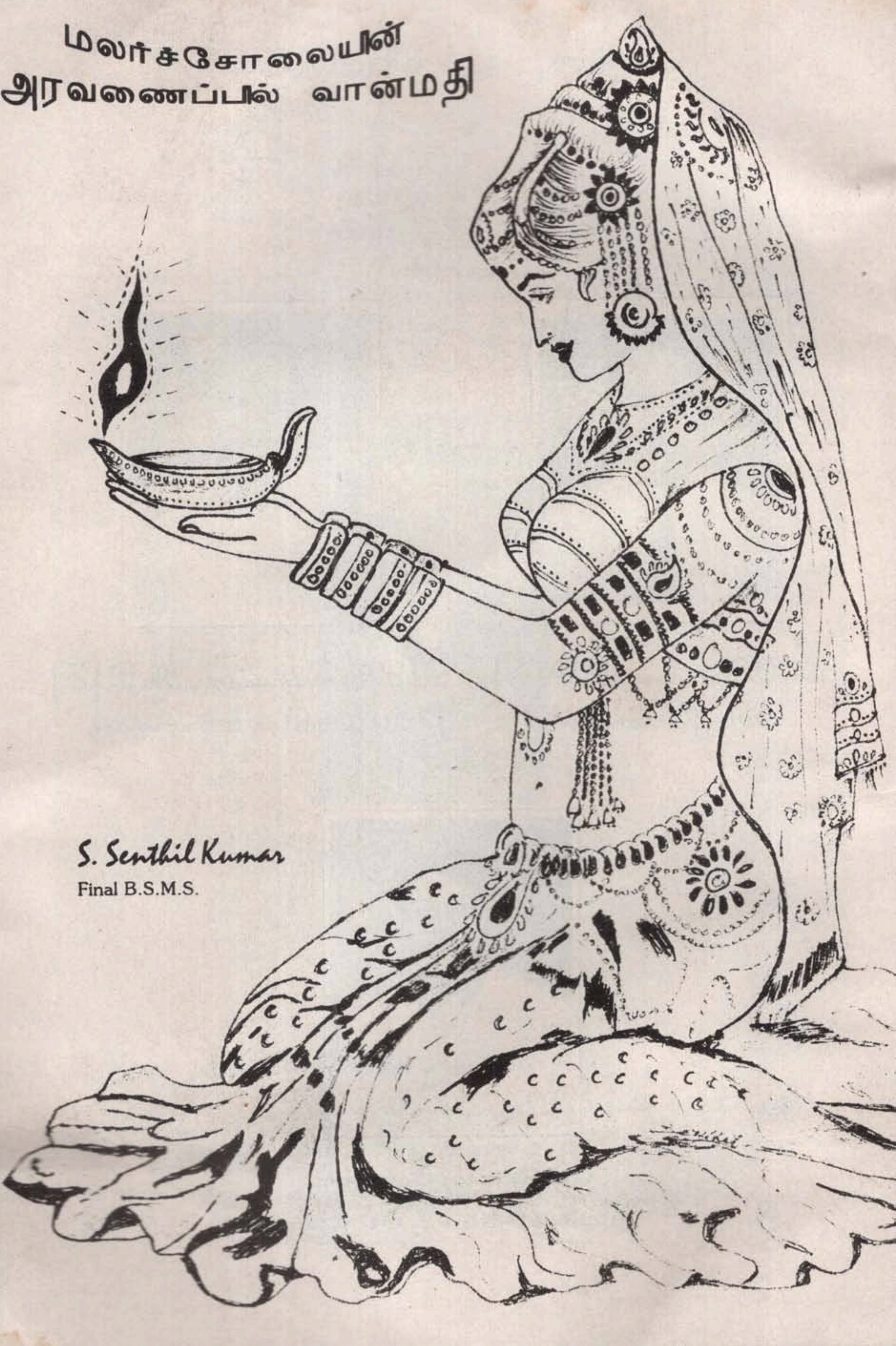
M.I.S.H.R. (Canada) M.I.S.T.M. (Australia)

F.I.S.O.M. (S.Korea) M.I.S.E.M. (W.Germany)

FIC (Acu) Srilanka.

உதிர்ந்துவிட்ட சூரியனே
ஓய்ந்தனைந்த பூஞ்சுடரே - எங்கள்
நினைவெல்லாம் மணக்கின்றாய் - அதில்
நீயென்றும் நிலைக்கின்றாய்.

மலர்ச்சோலையின்
அரவணைப்பல் வான்மதி



S. Senthil Kumar
Final B.S.M.S.

Editorial

இனிய இதயங்களுக்கு

அன்பின்

வணக்கங்கள்

சிவமும் செந்தமிழும் மணக்கின்ற நெல்லை பூமியில், பொதிகை மலைச் சாரலில், தாமிரபரணி நதிக்கரையில் தன்னிகரில்லா தமிழ் மருத்துவத்தின் பெருமையை தாங்கி நிற்கும் நம் கல்லூரியின் பன்னிரண்டாவது மலர் குறிஞ்சியாக உங்கள் கரங்களில் தவழ்கிறது.

ஊனோடும் உயிரோடும் உணர்வோடும் உதிரத்தோடும் கலந்துவிட்ட அன்னைத் தமிழுக்குப் பெருமை சேர்க்கும் நம் மருத்துவத்தின் ஆழம் காண முடியாத உண்மைகளும், புதைந்து கிடக்கும் நம் மாணவர்களின் திறமைகளையும் வெளிக் கொணரும் முயற்சி. காலமெல்லாம் கல்லூரி நினைவுகளைச் சுமந்துக் கொண்டிருக்கும் நினைவுப் பெட்டகம்.

1966-ல் முதல் கல்லூரி மலர் வெளியிடப்பட்டது. *1993*ல் நமது பன்னிரண்டாவது மலரை வெளியிடுகிறோம். இவ்விடைப் பட்டக் காலகட்டத்தில் நம்முடைய வளர்ச்சி என்ன?

வறுமையில் வாழ்ந்தாலும்
வாழ்வியல் தத்துவங்களைத் தந்த சித்தர்களின் சிறப்பு களை உணராதது ஏன்?

நம் மருத்துவத்தின் மகத்துவம் கால மாறுதலினால் மறைக்கப்பட்டதன் மர்மம் என்ன?

அனைவருக்கும் மருத்துவம் என்ற உலக இலக்கு சித்த மருத்துவத்தால் மட்டுமே முடியும் என்ற சிந்தனை நம் சிந்தையை முத்தமிடாதது ஏன்?

சித்த மருத்துவ கருத்துகள் மூட நம்பிக்கைகள் அல்ல. ஒப்பற்ற வாழ்வியல் உண்மைகள் என்பதை அறிவியல்பூர்வமாக உலகிற்கு உணர்த்தாதது ஏன்?

உலகையே நடுங்க வைக்கும் வியாதியையும் நம் மருத்துவத்தால் குணமாக்க முடியும் என்ற செய்தியை உலகம் எட்டக்கூடிய நேரத்தில் நம் மருத்துவத்தில் மறுமலர்ச்சியை ஏற்படுத்தாதது ஏன்?

இந்த வினாக்களுக்கு விடை தேட முயற்சிப்போம்.

வையக மாந்தர் வளமுடன் வாழவழி சொன்ன பைந்தமிழ் மருத்துவத்தில் பொதிந்துக் கிடக்கும் உண்மைகளை புதிய எழுச்சியோடு வெளிப்படுத்துவோம். நமது மாணவ வரலாறுகள் இனி வித்தியாசமாக எழுதப்படட்டும். முற்றுப் பெறாத வாக்கியங்களுக்கு முற்றுப்புள்ளி வைக்க அழைக்கிறேன்.

"இம்மலர் பொன் வைக்கும் இடத்தில் பூ வைக்கும் முயற்சி."

குறைகள் இருப்பின் தாயுள்ளத்தோடு தயைகூர்ந்து தமிழ் மண்ணின் பெருமையை ஒற்றுமைக் குரலால் உயர்த்துவோம்.

எம் முன்னோரின் பாதசுவடுகளில் புதிய சிந்தனைகளோடு மலரின் பயணம் தொடர்கிறது.

நம்பிக்கையுடன்,

செ.சவரிராஜ்சகாயம்

மலர்க்குழு மாணவர் செயலர்.

THE TAMIL NADU Dr.M.G.R. MEDICAL UNIVERSITY
Madras

DR.B.P. RAJAN,
B.Sc.,M.D.S.,F.I.C.D.,
VICE - CHANCELLOR.

Periyar Building,
No.52, E.V.K. Sampath Salai,
Vepery, Madras - 600 007.
Telex: 6273/MUTY
Phone: (O) 585429
(R) 830258
845684
Dated: 18th Feb '93.

MESSAGE

I am very glad to know that the Govt.Siddha Medical College Magazine for the year 1992-93 is to be released shortly. The College Magazine besides exhibiting its activities, serves as an useful guide to the students and other people. I hope this 1992-93 issue of your college magazine will fulfil this aspect and serve as an useful informative guide to all. I wish you all success.

DR.B.P. RAJAN
VICE-CHANCELLOR

To

The Student Editor and Secretary,
Magazine Committee,
Govt.Siddha Medical College,
Palayamkottai - 627 002,
TIRUNELVELI.

மரு.வீ. சுப்பிரமணியன். எம்டி.(சி),
இணை இயக்குநர்,
இந்திய மருத்துவம் மற்றும் ஓமியோபதி துறை.

இந்திய மருத்துவம் மற்றும்,
ஓமியோபதி இயக்ககம்,
சென்னை - 106.
நாள். 16.02.93

வாழ்த்துரை

"கல் தோன்றி மண் தோன்றாக் காலத்தே முன் தோன்றிய மூத்த தமிழ்" என்னும் பெருமை வாய்ந்த தமிழ் மொழியின், தமிழ் மக்களின், பண்பாட்டின் சிகரமாக விளங்கிய கலைகளில் ஒன்று தமிழ் மருத்துவம் எனப்படும் சித்த மருத்துவமாகும். வாதம், வைத்தியம், யோகம், ஞானம் என்னும் பிரிவுகளைக் கொண்ட இம்மருத்துவமுறை உடலுக்கு மட்டுமல்லாது உயிருக்கும் மருத்துவம் செய்யும் மாண்பு உடையதாகும். நோய் எதிர்ப்புத் திறனை அல்லது உடல் வன்மையை குறைவுபடுத்தி இளைப்பு நோய் போன்ற பல்வேறுபட்ட நோய்களையும் தொடர்புபடுத்தி, உயிரை மாய்க்கச் செய்யும் நோய் தற்காலத்தில் தோன்றியுள்ள AIDS (Acquired Immune Deficiency Syndrome) எனப்படும் நோயாகும். சித்த மருத்துவ தத்துவத்தின் படி உடல் வன்மை மூன்று வகைப்படும். அவை இயற்கை வன்மை, காலவன்மை, செயற்கை வன்மை என்பவையாகும். இவ்வன்மை குறைவுபடாமலிருக்க, உடலைக் கல்போல் வைத்திருக்க, நரை, திரை, மூப்ப, பிணி வராதிருக்க பயன்படும் மருத்துவ முறை கற்ப முறையாகும். எனவே கற்ப மருந்துகளே AIDS நோய்க்கும் மருந்தாக அமையலாம். AIDS போன்ற நோய்கள் வராதிருக்கவும், உடல் வன்மையை பேணிப் பாதுகாக்கவும் நாம் கடைபிடிக்க வேண்டிய விதிமுறைகள் நாள் ஒழுக்கம், கால ஒழுக்கம் எனக் குறிப்பிட்டுள்ள சித்தர்களின் நோயணுகா விதிமுறைகளாகும். பழங்கால முதலே கடைப்பிடித்து வரப்பட்ட, தற்பொழுது முற்றிலும் மறந்து போன நிலையில் உள்ள, கால ஒழுக்கங்களையும், நாள் ஒழுக்கங்களையும் தவறாமல் கடைபிடித்து வந்தால் AIDS போன்ற நோய்களை முற்றிலும் தடுக்கலாம்.

வளரும் சித்த மருத்துவ மாணவர் சமுதாயம் சித்த மருத்துவ அடிப்படைக் கருத்துக்களை நன்கு உணர்ந்து, அதன் பெருமையை நவீன மருத்துவ அடிப்படையில் வெளிக் கொண்டுவர முயற்சிக்க வேண்டும். அதுவே சித்த மருத்துவம் வளரும் வழியாம். கல்லூரி மலர் வெளியிட தாங்கள் மேற்கொண்டுள்ள முயற்சிகளைப் பாராட்டுகிறேன். இம்மலர் நன்கு மலர என் வாழ்த்துக்கள்.

வீ. சுப்பிரமணியன்.

Dr.R.Kannan, B.I.M.
Siddha Specialist
Hony.Physician to the President of India
Tennur. Tiruchy - 620 017. S. India.
Phone: 48565

Chairman	Scientific Advisory Committee (Siddha) CCRAS under the Ministry of Health and Family welfare Govt. of India, New Delhi.
Chairman	Siddha Pharmacoapoeia Committee Under the Ministry of Health and Family Welfare, Government of India, New Delhi.
Member	Ayurvedic, Siddha and Unani drugs Technical Advisory Board, Ministry of Health and Family Welfare, Govt.of India, New Delhi.
Member	Tamil Nadu Board of Indian Medicine Madras.
Member	Board of Studies in Medicine, Siddha Dr.M.G.R. Medical University, Madras.
Member	Board of Awards and Prizes, CCRAS under the Ministry of Health and Family Welfare, New Delhi.
Member	Standing Finance Committee CCRAS Under the Ministry of Health and Family Welfare, New Delhi.
Managing Director	Arun Priya Services Pvt. Ltd., Mangala Mahal Trichy.
President	S.P.C.A. Tiruchy District.

பேரன்புடையீர் !

வணக்கம், பாளையங்கோட்டை அரசினர் சித்த மருத்துவக் கல்லூரி ஆண்டுமலர் நான்கு ஆண்டு இடைவெளிக்குப் பிறகு மலர இருப்பதை அறிந்து மட்டற்ற மகிழ்ச்சி அடைகிறேன். இம்மலர் சித்த மருத்துவத்தின் பெருமைகளை எல்லாம் தாங்கி வரும் என எண்ணுகிறேன். இம்மலர் மாணவர்களுக்கும், மருத்துவர்களுக்கும், பொது மக்களுக்கும் மிகப் பயனுள்ளதாக அமையும் என்பதில் ஐயமில்லை.

இவண்

இரா. கண்ணன்.

Dr.R. Kanaga Govinda Rajulu, B.S.M.S.,
Member of Parliment,
Sivakasi Constituency,
TAMILNADU.

87 North Avenue,
NEW DELHI.
Phone: 3792528

62, Manjappu Street,
Srivilliputtur,
Kamarajar (Dist),
TAMILNADU,
Phone: 7654, 7434
Date: 19.3.93

சித்த மருத்துவம் என்பது ஆண்டவனின் வழித் தோன்றல்களாகிய சித்தர்களால் கண்டுபிடிக்கப்பட்ட மருத்துவம். எந்த வித விஞ்ஞான வளர்ச்சியும் இல்லாத அந்த காலத்திலேயே நம் சித்தர்கள் அறுவை சிகிச்சையை மேற்கொண்டுள்ளனர், என்பதை நினைக்கும் போது தான் நாம் வியப்படைகின்றோம்.

இன்று விஞ்ஞான ஆராய்ச்சியின் விளைவாக கண்டுபிடிக்கப்பட்ட மருந்துகள் அனைத்தும் பக்க விளைவுகளை ஏற்படுத்தக்கூடிய ஒன்றாக உள்ளது. ஆனால் சித்த மருத்துவம் ஒன்றுதான் எக்காலத்தும், எந்த பக்க விளைவும் ஏற்படுத்துவதில்லை.

அப்பேற்பட்ட சித்த மருத்துவத்தைப் பயிலும் மாணவ மாணவியர்கள் அதில் சிறப்பான ஆராய்ச்சிகள் மேற்கொண்டு அதன் பயனை இந்த உலகம் பயனடையும் வண்ணம் செய்ய வேண்டும். அதன் மூலம் சித்த மருத்துவம் உலகளவில் முதல் மருத்துவம் என உலகறியச் செய்ய வேண்டும். சித்த மருத்துவ வளர்ச்சிக்காக மாண்பு மிகு தமிழக முதல்வர் அவர்கள் எத்துணையோ வகைகளில் நிதி உதவி செய்து கொண்டிருக்கிறார்கள்.

இந்த பல அரிய வாய்ப்புக்களைப் பயன்படுத்தி சித்த மருத்துவத்தின் பெருமையை நாம் உலகறியச் செய்ய வேண்டும். எனக் கேட்டு கொண்டு, விழா மலர் வெற்றி பெற வாழ்த்துகிறேன்.

நன்றி,

தங்கள் அன்புள்ள,

19.3.93

டாக்டர்.இரா. கனககோவிந்தராஜீலு
சிவகாசி நாடாளுமன்ற உறுப்பினர்.

காற்றுக்கும் கொடியுண்டு
கடலுக்கும் அலையுண்டு

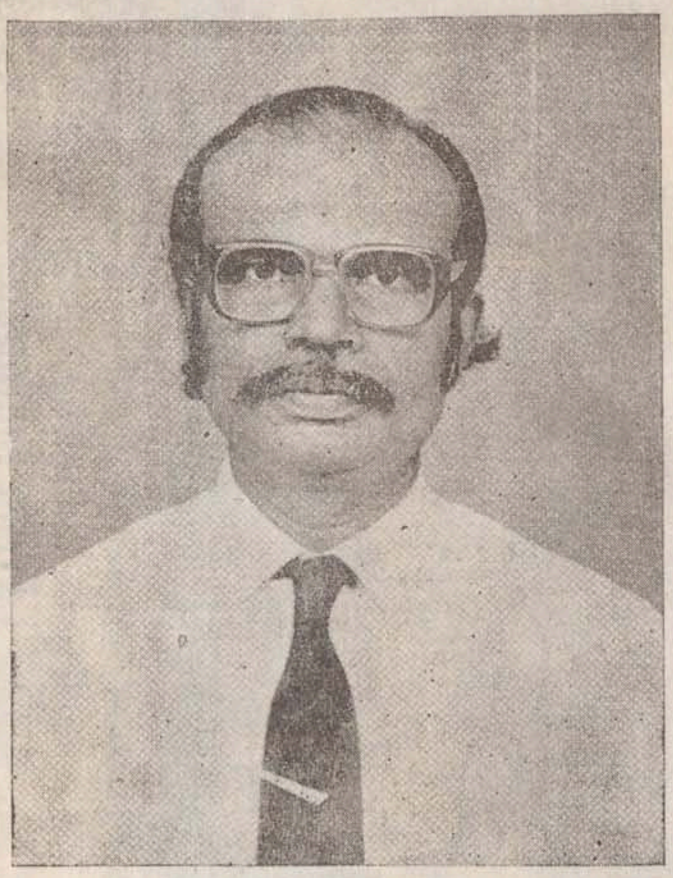


ஆற்றுக்கும் கரையுண்டு
என் அன்புக்கு ....

P. சரவணன்
இளநிலை நான்காமாண்டு



Dr.K.V.Vaitheeswaran.M.D [S]
Principal



Dr. கந்த. பலவேசம் **M.D. (S)**
துணை முதல்வர்



STAFF MEMBERS



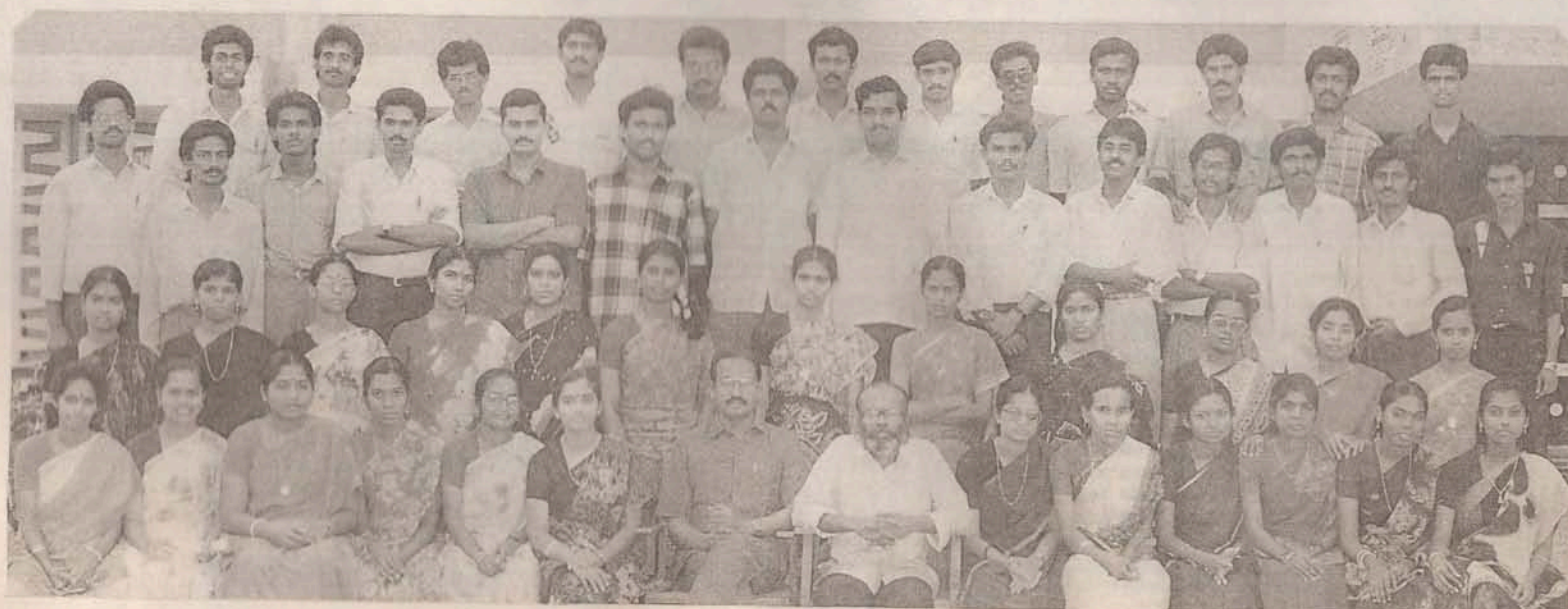
P.G.STUDENTS



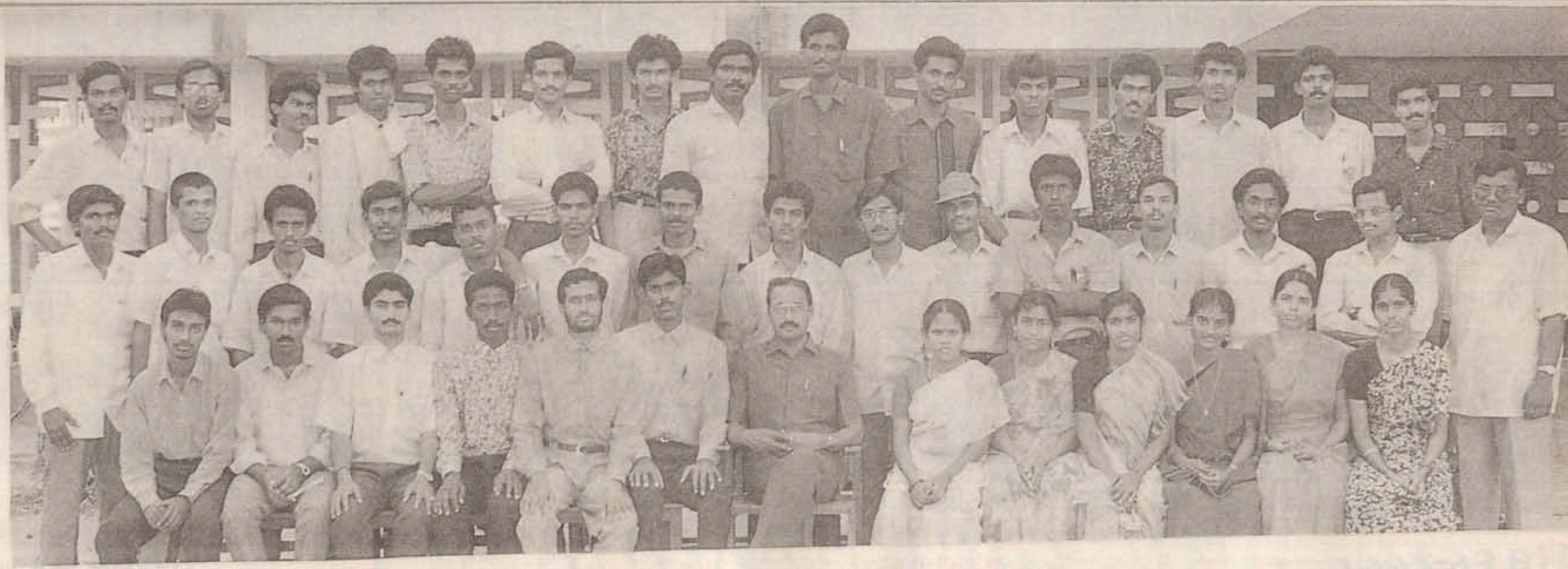
INTERNEES



Magazine Committee



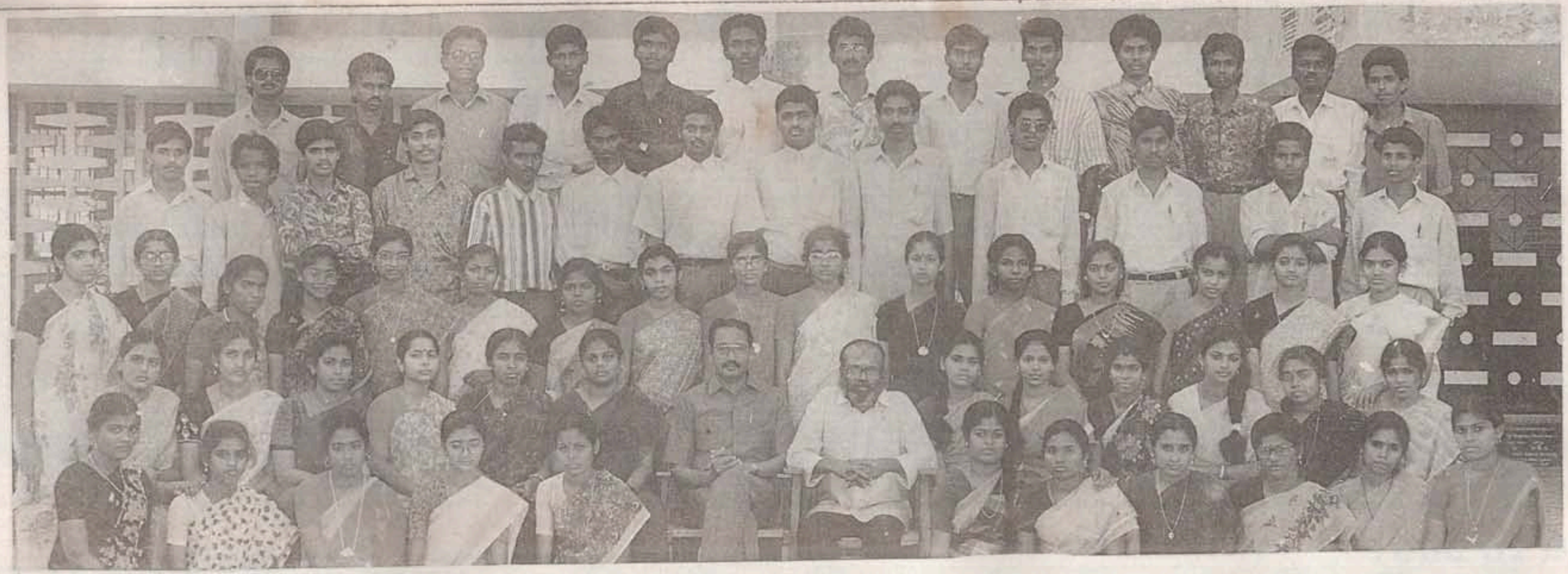
1988-89 Batch



1989-90 Silver Jublee Batch

1990-91 Batch





1991-92 Batch

1992-93 Batch



வெட்சி மலர் மகளிருக்கு மாமருந்து

டாக்டர். தெ. அப்பரானந்தம் B.I.M.
உதவி ஆராய்ச்சி அதிகாரி, சித்த மருத்துவ மூலிகைகள், மத்திய அரசு,
சித்த மருத்துவக் கல்லூரி வளாகம், பாளையங்கோட்டை.

இறைவன் படைப்பில் இயற்கை நமக்கு அளித்த மூலிகைச் செல்வங்கள் அளப்பறியது. இதனை மெய்ஞ்ஞானிகளாகிய சித்தர்கள் மக்களின் நோய்களை நீக்கும் பொருட்டு இம் முறைகளை நமக்கு ஏட்டுச் சுவடிகள் மூலமாக விலைமதிப்பற்ற பொக்கிஷங்களாக அளித்துள்ளனர். இவற்றால் நாம் பயனடைகிறோமா என்றால் இல்லையென்றுதான் கூறமுடியும். ஏனெனில் இம்மூலிகைகள் நம்மைச் சுற்றி எளிதாகக் கிடைப்பதால் நாம் அதற்கு அவ்வளவு முக்கியத்துவம் கொடுக்காமல் இருந்து வருகிறோம். இதன் விளைவு சாதாரண நோய் முதல் சிக்கலான நோய் வரை மூலிகைகளால் நோய்கள் நீங்கி வந்ததை மறந்து பிற மருந்துகளைப் பயன்படுத்தி அதனால் பின் விளைவுகளையும் சந்தித்துக் கொண்டு உடலின் நோய் எதிர்ப்பு சக்தியையும் இழந்து கொண்டு வருகிறோம். இப்பொழுது மக்களிடையே விழிப்புணர்வு ஏற்பட்டு மூலிகைகளைப் பயன்படுத்தி நோய்களை நீக்க ஆவலுடன் உள்ளனர். வெட்சி என்ற மூலிகையின் மலர் மகளிருக்கு எவ்வாறு மாமருந்தாகிறது என்பதைப் பார்ப்போம்.

வெட்சி

இதனை தெட்சி, விருட்சி, குல்லை, சிந்தூரம் என்று இலக்கியத்திலும், மருத்துவத்திலும், நாம் வழக்கில் இதனை இட்லிப்பூ என்றும் அழைக்கிறோம். இது அநேகமாக எல்லா வீட்டுத் தோட்டங்களிலும் அழகுக்காக வளர்க்கப்படுகிறது. இதனை தாவர இயலார் (Ixora coccinea) என்று அழைக்கிறார்கள். மருத்துவத்தில் மிகுந்த பயனை அளிப்பது சிவப்பு நிற பூ பூக்கும் இனமே ஆகும். சிகப்பு நிறப் பூவில் லைகோபின் என்ற இரசாயன பொருள் இருக்கலாம் என்றும், இது கர்ப்பப்பை புற்றுநோயை தடுக்கவல்லது என்றும் அமெரிக்க மருத்துவ நிபுணர் ஜேம்ஸ் கூறியுள்ளார்.

நம் மன்னர்களும் போர் வீரர்களும் போர்க் காலங்களில் வெட்சிப் பூ மாலையணிந்து போருக்குச் சென்றனர். வேறு மாலைகளை அணியாமல் ஏன் வெட்சிப் பூ மாலை அணிந்து போருக்கு சென்றனர் என்றால் போரினால் ஏற்படும் வெட்டுக்காயங்களில் இருந்து வெளிப்படும் குருதிப் போக்கை நிறுத்தவும் அதிகமான குருதிப் போக்கினால் ஏற்படும் நீர் வேட்கையைப் போக்கவும் கழுத்தில் அணிந்துள்ள மாலையின் மலரையே உட்கொண்டனர். மேலும் வெட்டுக்காயங்களில் இருந்து ஏற்படும் குருதிப் போக்கையடக்கி புண்களை ஆற்றவும் வெட்சி மலரை காயங்களின் மீது பூசி வந்தனர். இம்மலரானது சில நாட்கள் வரை வாடாமல் இருக்கும் தன்மையுடையது.

மகளிருக்கு 45 வயது முதல் 50 வயதிற்குள் மாதவிடாய் நிற்கும் காலங்களில் ஏற்படும் அதிகமான குருதிப் போக்கை நிறுத்தி அதனால் ஏற்படும் அடிவயிற்று வலி, தாகம், சோர்வு, மனந்துயர் தலைவலி, பசியின்மை, கை, கால் மூட்டுகளில் வலி, கோபம், ஞாபகமறதி, முதலியவைகளை போக்குவதில் வெட்சி மலர் மிகவும் சிறந்த பயன் உள்ளதாகும்.

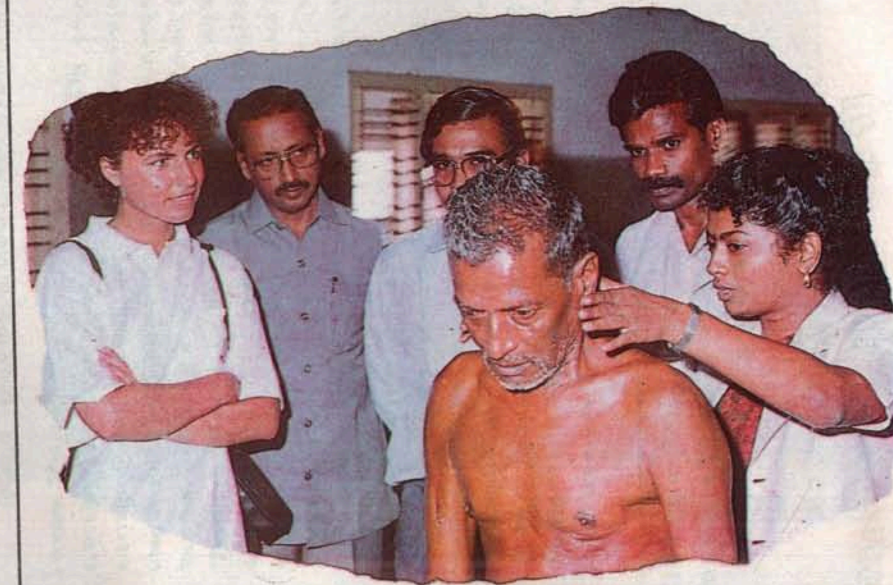
வெட்சி மலர் ஒரு பூங்கொத்தை தண்ணீரில் நன்றாகச் கழுவி சுத்தம் செய்து மலர்களை மட்டும் எடுத்து நன்றாக அரைத்து, பசுவின் பாலில் கலந்து காலை சாப்பிடுவதற்கு ஒருமணி நேரத்திற்கு முன்னும் இவ்வாறே இரவில் படுக்கைக்கு செல்லும் போதும் ஐந்து நாட்கள் தொடர்ந்து சாப்பிட்டு வரவும். இவ்வாறு மூன்று மாதங்கள் இந்த தொந்தரவு ஏற்படும் நேரங்களில் சாப்பிட்டு வர மாதவிடாய் நிற்கும் காலங்களில் ஏற்படும் தொந்தரவுகளை உடனே குறைத்து நல்ல பயனை அளிக்கிறது.

குருதிப் போக்கை நிறுத்தக் கொடுக்கும் மற்ற மருந்துகள் குருதிப் போக்கை நிறுத்தி கடுமையான தலைவலியை ஏற்படுத்தி தூக்கமின்மையையும், பசியின்மையையும், மனச் சோர்வையும் ஏற்படுத்தும். ஆனால் வெட்சி மலர் கொடுக்கும் போது இந்த தொந்தரவுகள் ஏற்படுவதில்லை. மாறாக வெட்சி மலர் சாப்பிட்ட ஒரு மணி நேரத்தில் நல் தூக்கம் ஏற்பட்டு அதன் பிறகு உடல் சோர்வும், மனச் சோர்வும் நீங்கிப் பசியும் ஏற்படுகிறது.

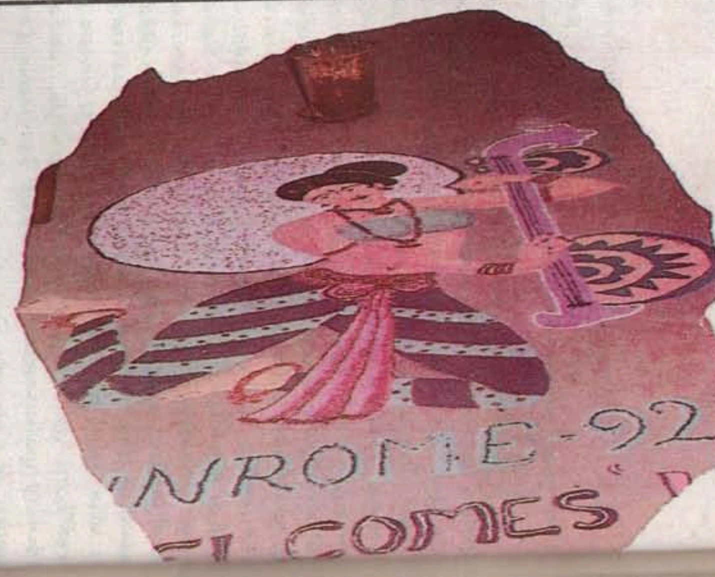
வெட்சி மலரில் TANNIN , ORGANIC ACID இருப்பதால் குருதிப் போக்கை கட்டுப்படுத்துவதில் சிறப்பாக செயல்படுகிறது. மேலும் இம்மலர் குடற்புண்களை ஆற்றவும், வெளிப்பிரயோகமாக புண்களை ஆற்றவும், நோயை முறைமையோடு போக்கி உடலை நல்ல நிலைக்கு கொண்டு வருவதற்கும் ஆற்றல் உடையது.

வெட்சி மலர் மற்ற மலர்களைப் போல் அல்லாமல் எல்லாக் காலங்களிலும் கிடைக்க கூடியது. இது. இயற்கை மகளிருக்கு அளித்துள்ள நன்கொடையாகும். எனவே, இவ்வளவு சிறப்பு வாய்ந்த வெட்சி மலரை மகளிர் பயன்படுத்தி, மாதவிடாய் நிற்கும் காலங்களில் ஏற்படும் குருதிப் போக்கை நிறுத்துவதற்கு மட்டுமின்றி மற்ற மாதவிடாய் காலங்களில் ஏற்படும் அதிகமான குருதிப் போக்கை நிறுத்தவும் பயன்படுத்தி பயனடைவீர்களாக.


வெட்சி மலர்






NROME-92
COMES

முதல்வர் பேசுகிறார்

டாக்டர்.கே.வி. வைத்தீஸ்வரன் எம்.டி.,
முதல்வர்.

தமிழ் மருத்துவமாம் சித்த மருத்துவத்தின் வளர்ச்சியில் பெரும் பங்கு கொண்டு சித்த மருத்துவக் கல்வி பணியில் இயங்கி வரும் இக்கல்லூரி, முழு வளர்ச்சி அடைந்த நிலையில் இருந்து வருகிறது. தற்சமயம் இக்கல்லூரியில் ஆண்டுக்கு 100 மாணவர்கள் வீதம் இளநிலை பட்டபடிப்புக்கு சேர்த்துக் கொள்ளப்படுகிறார்கள் (பிஎஸ்எம்எஸ்). ஆனால் இவ்வருடம் 1992-93 ம் கல்வி ஆண்டில் 116 மாணவர்கள் சேர்க்கப்பட்டுள்ளார்கள். முதுநிலை பட்ட படிப்பிற்கு 20 மாணவர்கள் (ஒவ்வொரு துறைக்கும் 10 மாணவர்கள் வீதம்) சேர்க்கப்பட்டுள்ளார்கள். மருந்தாளுநர் பட்டய படிப்பிற்கு 50 மாணவ மாணவியர்கள் சேர்க்கப்பட்டுள்ளார்கள். மேலும் மத்திய ஆயுர்வேத சித்த மருத்துவ அறிவியல் ஆய்வுக்குழுவின் கீழ் இயங்கும் பிரிவுகள் ஆராய்ச்சி மற்றும் மூலிகை ஆய்வு பணியை மேற்கொண்டு செம்மையாக செயல்பட்டு வருகிறது. மேலும் இக்கல்லூரிக்கு பெருமை சேர்க்கும் வகையில் இக்கல்லூரியில் பயின்றவர்களே தற்சமயம் இந்திய மருத்துவத் துறையில் இணை இயக்குநராகவும், மேற்படி மத்திய ஆராய்ச்சி கழகத்தின் தலைவராகவும், குழுவின் உறுப்பினர்களாகவும், பல்கலை கழகத்தின் பாடதிட்ட குழுவில் உறுப்பினர்களாகவும் செயல்படுவது குறிப்பிடத்தக்கது.

தற்சமயம் இக்கல்லூரியில் 250 படுக்கை வசதிகளுடன் கூடிய மருத்துவமனை செம்மையாக செயல்பட்டு வருகிறது. நாள் ஒன்றுக்கு சராசரியாக 700 முதல் 800 வரை நோயாளிகள் வெளி நோயாளர் பகுதிக்கு வந்து சிகிச்சை பெற்று திரும்புகின்றனர்.

மத்திய இந்திய மருத்துவ கழகத்தால் பரிந்துரைக்கப்பட்ட 12 துறைகளும் பேராசிரியர்கள், இணை பேராசிரியர்கள், விரிவுரையாளர்கள், உதவி விரிவுரையாளர்கள் ஆகியோர்களுடன் சிறப்பாக செயல்பட்டு வருகிறது.

மருந்தாளுநர் பட்டய பயிற்சி மாணவர்களுக்கு மருந்து செய் நிலையத்தில் கண்காணிப்பாளர் தலைமையில் மருத்துவ அலுவலர்கள் மற்றும் உதவி மருத்துவ அலுவலர்கள் துணையுடன் வகுப்புகளும், செய்முறை விளக்கங்களும், பயிற்சிகளும் அளிக்கப்பட்டு வருகின்றன. மருந்து செய் நிலையத்தில் மருத்துவமனையின் உள்நோயாளர் பகுதி மற்றும் வெளி நோயாளர் பகுதிக்கு தேவையான சுமார் 70 வகையான மருந்துகள் தயாரிக்கப்பட்டு வழங்கப்பட்டுவருகிறது. மருந்து செய்முறைகள் இயந்திரத்தின் மூலமாக நவீன முறைப்படுத்தப்பட்டு உற்பத்தி திறன் தேவைக்கு ஏற்றால் போல் அதிகப்படுத்தப்பட்டு செயல்பட்டு வருகிறது.

பட்ட மேற்படிப்பு துறையில் மருத்துவம் மற்றும் குணபாடம் ஆகிய இரண்டு துறைகளும் பேராசிரியர், இணை பேராசிரியர், விரிவுரையாளர் குழுக்களின் கீழ் செயல்பட்டு வருகின்றன. பட்ட மேற்படிப்பு துறையில் மாதம் இரண்டு கருத்தரங்குகள் செம்மையாக நடைபெற்று வருகிறது. பட்ட மேற்படிப்பு துறை மாணவர்களின் ஆராய்ச்சித் திறனுக்கு உறுதுணையாக உயிர் வேதியியல் துறையும் (Bio Chemistry) மருந்தியல் துறையும் (Pharmacology) சிறந்த ஆய்வு கூடத்துடன் இயங்கி வருகிறது.

மருத்துவமனை வெளி நோயாளர் பகுதியில் சிறப்பு வெளி நோயாளர் பகுதி வாரந்தோறும், பிரதி செவ்வாய்க் கிழமை தொழு நோய் மற்றும் தோல் சம்பந்தமான பிணிகளுக்கும், பிரதி புதன் கிழமை இரத்த கொதிப்பு மற்றும் நீரழிவு நோய்க்கும், பிரதி வியாழக்கிழமை யோகாசன மருத்துவமும் பிரதி வெள்ளிக் கிழமை புற்று நோய் சம்பந்தமான மருத்துவமும் பொது மக்களுக்கு அளிக்கப்பட்டு வருகிறது. இது இப்பகுதி மக்களால் பெரிதும் பாராட்டப்பட்டு மேலும் வளர்ச்சியடைந்து வருகிறது. வெளி நோயாளர் மற்றும் உள் நோயாளர் பகுதி ஆகியவற்றின் வசதிக்காக நிழற்படம் (X-Ray Dept) எடுக்கும் துறையும், இரத்தம், சிறு நீர் முதலியவைகளை சோதிக்கும் பரிசோதனை கூடமும், தொக்கண சிகிச்சை பிரிவும் செயல்பட்டு வருகிறது.

இக்கல்லூரியுடன் இணைந்த நூலகம் மாணவர்களின் தேவைக்கு ஏற்ப நாளேடுகளும், மாத சஞ்சிகைகளும் மற்றும் ஆய்வுக்குரிய புத்தகங்களும் வாங்கப்பட்டு மாணவர்களால் நல்முறையில் பயன்படுத்தப்பட்டு வருகிறது.

மாணவர்களின் விளையாட்டுத் திறமை மேம்படுத்த ஒரு விளையாட்டுத் துறை இயக்குநரின் கீழ் பயிற்சி மற்றும் விளையாட்டுகளில் மாணவர்கள் ஈடுபடுத்தப்பட்டு வருகிறார்கள்.

மாணவர்களின் சேவை மனப்பான்மையை ஊக்குவிக்கும் வகையில் டாக்டர் எம்.ஜி.ஆர். மருத்துவப் பல்கலைக்கழகத்தின் கீழ் நாட்டு நலப்பணி திட்டம் மேற்கொள்ளப்பட்டு, இலவச மருத்துவ முகாம் போன்ற தொடர் பணிகளும், ஒரு கிராமத்தை தேர்வு செய்து அங்கு 10 நாட்கள் சிறப்பு முகாம்களும் நடைபெற்று வருகிறது. நாட்டுநலப் பணித் திட்டத்தில் தேசிய ஒருமைபாட்டினை வலியுறுத்தும் வகையில் மாணவர்கள் பாளையங்கோட்டையிலிருந்து ஆழ்வார்திருநகரி வரை மேற்படி கொள்கையினை வலியுறுத்தும் விளம்பர அட்டைகளை கையில் ஏந்திக் கொண்டு நடைபயணமாக சென்று இலவச மருத்துவ முகாம் மற்றும் நோய் தடுப்பு விழிப்புணர்ச்சி விளக்கங்களும், பள்ளி மாணவர்களுக்கு சுகாதார கல்வி போதித்தல் போன்ற பணிகளும் செய்யப்பட்டது. இங்கு சிறப்பாக குறிப்பிடத்தக்க அம்சமாகும். மேலும் இச்செயல்கள் மற்ற கல்லூரிகளுக்கு ஓர் எடுத்துக்காட்டாக அமைந்தது என்றால் அது மிகையாகாது.

நெல்லை மேற்கு சுழற்கழகத்தின் (Rotary Club of Tirunelveli West) நேரடி பார்வையில் இக்கல்லூரியில் பாளையங்கோட்டை சுழற்கழகம் ஒன்று துவங்கப்பட்டு (Rotract Club) சிறப்பான முறையில் செயல்பட்டு வருகிறது. இதில் மாணவர்கள் சுழற்கழகங்களால் நடத்தப்பட்ட இலக்கிய கலாச்சார போட்டிகளில் பங்கு கொண்டு பல முதல் பரிசுகளை பெற்றுள்ளது இங்கு குறிப்பிடத்தக்கதாகும். மேலும் சாலை பாதுகாப்பு வாரத்திலும், கண் சிகிச்சை மற்றும் நீரழிவு நோய் கண்டுபிடிப்பு ஆகிய முகாம்களில் பங்குகொண்டு தொண்டாற்றியது ஓர் சிறப்பம்சமாகும். மேலும் பாளையங்கோட்டை அன்பு ஆசிரமம் அநாதை குழந்தைகளுக்கு மாதம் ஒரு முறை இலவச மருத்துவ சிகிச்சை அளிக்கப்பட்டு வருகிறது.

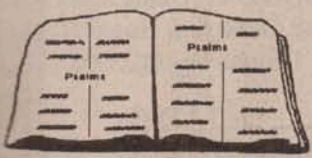
சித்த மருத்துவத்தின் பால் ஆர்வம் கொண்டு இதன் மருத்துவ பெருமைகளை அறியும் பொருட்டு வெளிநாட்டினரும் குறிப்பாக அமெரிக்கா, ஜப்பான் மற்றும் சுவிட்சர்லாந்து ஆகிய நாடுகளிலிருந்து பிரதிநிதிகள் இக்கல்லூரிக்கு வருகை தந்தது குறிப்பிடத்தக்க ஒன்று.

சித்த மருத்துவத்தின் வளர்ச்சி நம் நாட்டினர் மட்டுமல்லாது மேலை நாட்டினரையும் பல ஆராய்ச்சி துறைகளில் ஈடுபட வழி செய்து வருகிறது. இந்நிலையில் எய்ட்ஸ் போன்ற நோய்களுக்கு சிறந்த மருத்துவத்தை சித்த மருத்துவத்தில் கண்டறிய எல்லோரையும் ஈடுபடுத்தக்கூடிய நிலையில் முன்னேறி வருகிறோம்.

அன்புடன்,

கே.வி. வைத்தீஸ்வரன்.

GOVERNMENT SIDDHA MEDICAL COLLEGE



by Y.R. Manekshah
IV B.S.M.S.

Golden thoughts

__G__od ever our own God, shall bless us
__O__bey the Lord and you will live longer,
__V__ictory through our Lord Jesus Christ
__E__vil people will have to bowdown the righteous
__R__emember me, O my God, for good
__N__o one is respected unless he is humble
__M__en cast lots to determine God's will
__E__verlasting consolation and good hope through grace
__N__othing will stand in your way if you walk wisely
__T__rust in the Lord with all your heart.

__S__urely goodness and mercy follow me
__I__f any of you lack wisdom, let him ask of God
__D__o the will of God from the heart
__D__raw nigh to God and he will draw nigh to you
__H__e found him ... He led him.. He kept him.
__A__ righteous man regardeth the life of his beast.

__M__y spirit remaineth among you; fear ye not.
__E__verlasting kindness will I have mercy on thee
__D__espise not thou the chastening of the Lord
__I__ will wait for the God of my salvation
__C__ome and let us return unto the Lord
__A__ll the paths of the Lord are mercy and truth
__L__et us run with patience the race that is set before us.

__C__ause me to hear thy loving kindness in the morning
__O__ Lord ..... thy faithfulness reacheth unto the clouds
__L__et the word of christ dwell in you
__L__azy people should learn a lesson from the way ants live
__E__mbrace wisdom and it will bring you honour.
__G__od hath saved us and called us.
__E__nthusiasm without knowledge is not Good.

(*Ref:* **THE HOLY BIBLE**)

முதுமையில் உடல் நிலை

Dr. N. CHIDAMBARANATHAN, M.D. (SIDDHA)
Professor & Head of the Department,
Spl. Maruthuvam & Udal Thathuvam
Govt. Siddha Medical College & Hospital
Palayamkottai, Tirunelveli - 627 002.

ஒரு மனிதன் தம் வாழ்நாள்களில் குறிப்பிட்ட காலத்திற்குப் பின் முதிர்ச்சி அடைவது என்பது உலக நியதி. Seneca என்றொரு அறிஞர் "வயது முதிர்ச்சி ஒரு தீர்க்க இயலாத வியாதி " என்கின்றார். இன்னொரு அறிஞரோ " நீங்கள் வயது முதிர்ச்சியை குணப்படுத்த இயலாது. ஆனால் தள்ளிபோட இயலும் " என்கிறார். எனவே வயது முதிர்ச்சி என்பது தவிர்க்க இயலாத உயிரியல் மாற்றம் ஆகும். இதனை பற்றி படிக்கும் துறையை **GERONTOLOGY** என்பர். வயதானவர்களைப் பரிகரிப்பது, அவர்கள் நோய்களைப் பற்றி படிக்கும் துறையை **Clinical Gerontology** அல்லது **GERIATRICS** என்பர். இத்துறை இன்றைக்கு உலகில் மிக வேகமாக வளர்ந்து வரும் விஞ்ஞானத் துறை ஆகும்.

வயதானவர்கட்கு ஏற்படும் இயங்கியல் கோளாறுகள்

வயது முதிர்ச்சி எப்போது ஏற்படுகிறது என்பதை எவராலும் அறுதியிட்டுக் கூறமுடியாது. அதே போல வயதானவர்கட்கு ஏற்படும் நோய்கள் என வரையறுத்துக் கூறவும் முடியாது. ஏனெனில் உடலுக்கு உடல், நாட்டுக்கு நாடு இவை மாறுபடுகின்றன. இருப்பினும் ஒரு சில பாதிப்புகள் பரவலாக வயது முதிர்ந்தவர்களிடம் காணப்படுகிறது. சில நாட்பட்ட நோய்கள் இளைய தலைமுறையைக் காட்டிலும் வயதானவர்களை அதிகம் பாதிக்கின்றது.

இதயம் மற்றும் குருதிக் குழல்களில் உண்டாகும் மாற்றங்கள்

நாடிகளின் உட்சுவர்களில் கொழுப்புப் பொருட்கள் படிதல், சுண்ணாம்பு சத்து படிதல். இதனால் நாடிச் சுவர் மீட்சித் தன்மை இழத்தல், மேலும் நாடியின் உட்சுவரில் கொழுப்பு படிவதால் அதன் துளை குறுகலடைந்து போதிய இரத்தம் அவயங்கட்கு கிடைக்காமல் அவை வன்மை இழக்கின்றன. இதனால் குருதிக் கட்டி (**Thrombus**) உருவாதல், குருதிக் குழல் உடைதல் மற்றும் அதி இரத்தக் கொதிப்பு (**Hypertension**) போன்ற நிலைகள் ஏற்படுகின்றன. **Atherosclerosis** நிலை ஏற்படுவதனால் மாரடைப்பு (**Myocardial infarction**) போன்ற நிலையும் தொடர்கின்றது. மூளை நாடிகளின் உட்சுவரில் கொழுப்பு படிவதாலும் பக்கவாதம் அல்லது கை கால் செயலிழப்பு போன்ற பல்வேறு நரம்பு பாதிப்புகளும் தொடர்கின்றன.

மதுமேக நோய் (Diabetes Mellitus)

கரிநீரக பொருட்களின் வளர்சிதை மாற்றத்தில் ஏற்படும் (**Carbohydrate Metabolism**) மாறுபாடுகள் காரணமாக 50 வயதிற்கு மேற்பட்டவரில் **75%** பேர் இந்நோயினால் பாதிக்கப்பட்டவராயுள்ளனர். இவை தவிர பல்வேறு நாளமில்லா சுரப்பிக் கோளங்களின் மாறுபட்ட செயல்பாட்டால் மொத்த உடல் இயங்கியல் பாதிக்கப்பட்டு நோய்கள் உண்டாகின்றன.

எலும்பு மற்றும் மூட்டுகளில் ஏற்படும் மாற்றங்கள்

எலும்புகளில் சுண்ணச் சத்தில் ஏற்படும் குறைவால் வயதானவர்கட்கு எலும்பு முறிவு வாய்ப்பு அதிகம். தொடை என்பு கழுத்து முறிவு (**Neck of Femur**) மிக சாதரணமாக வயதானவர்கட்கு நிகழ்கின்றது. பொருத்துகளில் என்புகட்கிடையே உள்ள தூரம் குறைவு படுதல். புதிய சிறிய என்புகள் முளைத்தல் (**Osteophytes formation**)சைனோவியல் சவ்வு கிழிதல் அல்லது தாபித மடைதல், இவற்றால் அழல் கீல்வாயு (**Osteoarthritis**) வயதானவர்கட்கு ஏற்படுகிறது. **Rheumatoid arthritis** மற்றும் **Spondylitis & Spondylosis of spine** முதலியன வயதானவர்களைப் பாதிக்கும் முக்கிய எலும்பு சம்பந்தப்பட்ட நோய்களாகும்.

சுவாச மண்டல கோளாறுகள்

சுவாச குழல் தாபிதம், ஆஸ்துமா ஆகியன வயதானவர்க்கு வாழ்வின் இறுதிக் காலத்தில் பெரும்பாலும் ஏற்படுகின்றன.

கண்ணில் ஏற்படும் மாற்றங்கள்

40 வயதிற்கு மேல் கண்ணின் சிலியரி தசைகளின் வன்மை குறைவதால் வெள்ளெழுத்து (**Presbyopia**) என்னும் பார்வை மந்தம் ஏற்படுகின்றது. இவை தவிர தூரப்பார்வை (**Hypermetropia**)ஏற்படுகிறது. வயதானவர்கட்கு வரும் கண்புரை (**Senile Cataract**) மற்றும் க்ளாகோமா உரிய நேரத்தில் தக்க மருத்துவம் மேற்கொள்ளாவிடின் பார்வையிழப்பை உண்டாக்கி விடும்.

செவியில் ஏற்படும் மாற்றங்கள்

வயதானவர்கட்கு ஏற்படும் மிக முக்கிய தொந்தரவு காது கேளாமை. இதனை Nerve Deafness என்பர். இதற்கு காரணம் செவி நரம்பின் இரு பிரிவுகளுள் ஒன்றான Cochlear நரம்பு வன்மை குறைவதே ஆகும்.

இவைதவிர சிறப்புப் புலனுணர்வு அனைத்தும் வயதின் முதிர்ச்சிக்கு ஏற்ப வன்மை குறைந்து செயல் திறனின்மை உண்டாகின்றது.

சிறுநீர் மற்றும் பிறப்பு உறுப்பு கோளாறுகள்

புரஸ்த கோள வீக்கம் ஆண்களுக்கு வயதானால் ஏற்படும் மிக முக்கிய நோயாகும். சிறுநீர் செல்லும் போது வலி, நீர் சுருக்கு முதலியனவும் இருபாலருக்கும் ஏற்படுகிறது. பெண்களுக்கு பூப்பு சுழற்சி நின்றபின் யோனி தாபிதம், நீர் சுருக்கு, கருப்பை பிதுக்கம் முதலியன வயதானவர்கட்கு ஏற்படுகிறது.

புற்று நோய்

40 வயதிற்கு மேற்பட்டவரிடம் புற்று நோய் வரக்கூடிய சாத்தியக் கூறுகள் அதிகம் உள்ளன. ஆண்களுக்கு 65 வயதிற்கு மேல், புரஸ்த கோள புற்று நோய் வர வாய்ப்பு அதிகம். இந்தியா போன்ற நாடுகளில் 40 வயதிற்கு மேற்பட்டோருக்கு குணப்படுத்தப்படாத குடற்புண்களில் (Peptic Ulcer) இருந்து இரைப்பை புற்று (Carcinoma of Stomach) உண்டாகிறது.

மன விகாரங்கள்

மறதி வயதானால் ஏற்படும் மிக முக்கிய மாற்றம் ஆகும். Senile dementia முதலியனவும் ஏற்படும். வயதானால் சமூகத்தில் அவர்களை ஒதுக்குதல், சரிவர கவனிக்காதல் இதனாலும் பல மன விகாரங்கள் ஏற்படும். இதனைப் பற்றி படிக்கும் துறைக்கு Social Gerontology என்று பெயர். பெண்கள் பூப்பு காலம் முடிந்த சில வருடங்களுக்கும் ஆண்களுக்கு புணர்ச்சி வன்மை குறையும் காலத்திலும் மன விகாரங்கள் ஏற்படுவதுண்டு. இதனை Free Nest Syndrome என்று கூறுவர்.

மேற்குறிப்பிட்ட நோய்கள் மற்ற வயதினருக்கும் ஏற்பட வாய்ப்புகள் உண்டாயினும், வயது முதிர்ச்சி யடைந்தவர்கட்கு வர வாய்ப்புகள் அதிகம் உள்ளது.

நாளமில்லா சுரப்பிகள் கோளாறுகள், நிறமிச்சத்து குறைவு ஆகியன முடியை நரைக்கச் செய்கிறது. வயதான காலத்தில் சரி விகித உணவு எடுத்துக் கொள்ள இயலாததால் உயிர்ச் சத்து குறைவு (Vitamin deficiency) இயற்கையாகவோ அல்லது சத்தற்ற உணவாலோ நோய் எதிர்ப்பு சக்தி குறைவு (Susceptability to infections) முதலியன ஏற்பட்டு அதனால் தொற்று நோய்கள் பல பீடிக்க ஏதுவாகின்றது.

இளம் வயதில் தீய பழக்க வழக்கங்கள் இருந்திருந்தாலும், சரியான ஒழுக்கங்களை கடைபிடிக்காததாலும் பல வியாதிகள் வரலாம். பொதுவாக பதவியிலிருந்து ஓய்வு பெற்று விட்டோம் என்று தோன்றியவுடன் தான் சமுதாயத்தினின்று புறக்கணிக்கப்படுகின்றோம் என்று ஓர் தாழ்வு மனப்பான்மை கூட மனதை பாதித்து நோய் வரலாம். பெண்கள் மாதவிடாய் நின்ற பின்பு இயற்கையாக உடலில் ஏற்படும் சில மாற்றங்களை பெரிது படுத்துவதால் அது நோயாக மாறி துன்பம் தருகிறது.

வயதானவர்கட்கு பொதுவாக எல்லா அவயங்களும் வன்மை குறைகிறது. ஆகவே இதனை போக்கக் கூடியதும், எளிதில் செரிக்கக் கூடியதுமான நல்ல சத்தான உணவுகளை சாப்பிடவும் காய்கறி, கீரை வகைகளை அன்றாடம் உணவுடன் சாப்பிட வேண்டும். தினமும் ஓர் கப் பால் அருந்த வேண்டும்.

தினமும் ஓர் ஆப்பிள் அல்லது நெல்லிக்காய் சாப்பிட்டால் நோய் எதிர்ப்பு சக்தி உண்டாகும். தினமும் தனது உடல் வன்மைக்கு ஏற்ப உடற்பயிற்சி, ஆசனம், நடைப் பயிற்சி ஏதோ ஒன்றை தொடர்ந்து பின்பற்ற வேண்டும்.

தான் வயதடைந்து விட்டோம் என்ற ஓர் எண்ணம் வராமல் ஏதாவது ஒரு தொழிலில் ஈடுபாட்டுடன் இருந்தாலோ அல்லது வீட்டிலுள்ள தோட்டக் கலையில் தம்மை அர்ப்பணித்துக் கொண்டாலோ அது போதும் ...!

பொதுவாக வயதானவர்கட்கு இரவில் தூக்கம் வருவதில்லை எனவே பகல் தூக்கத்தை தவிர்த்து வருதல் நல்லது. ஆகவே கவலைப்படாமல், சித்த மருத்துவத்தில் கூறியபடி தூய்மையான மனத்துடன் (இயமம்) போற்றக் கூடிய செயல்களை (நியமம்) மட்டும் ஆற்றி காயகற்ப விதிகளை கடைபிடித்து, தக்க மருந்துகளையும் உட்கொண்டு வந்தால், வயது முதிர்ச்சியால் வரும் உபாதைகளை கண்டிப்பாக போக்க முடியும்.

ஆகவே சந்தோசம் காணுங்கள் !

உடல் நலம் பேணுங்கள்!!

Laugh is a good tonic ....

SPECIFIC TREATMENT IN SIDDHA SYSTEM

Dr. M. THINAKARAN, M.D. (Siddha)
Professor,
Govt. Siddha Medical College,
Palayamkottai.

உலகத்தில் உள்ள அனைத்து மருத்துவ முறைகளுக்கு மத்தியில் சித்த மருத்துவத்திற்கென தனித்தன்மையும், தொன்மையும் உள்ளது. ஒவ்வொரு மருத்துவ முறைக்கும் அதற்கென உரிய சில சிறப்புத் தன்மைகள் இருப்பதைப் போன்றே சித்த மருத்துவத்துக்கும் சில சிறப்புத்தன்மைகள் உண்டு.

பெரும்பான்மையான மருத்துவ முறைகள் உயிரினங்கள் பிணியால் பீடிக்கப்பட்டபோது அதற்கு உரிய மருத்துவ முறைகளை இயம்புகின்றன. சித்த மருத்துவமோ உயிர்த் தோற்றம் முதல் உயிர் ஒடுங்கும் காலம் வரை உள்ள ஒவ்வொரு பருவத்துக்கும் மருத்துவ முறைகளை வகுத்தது மட்டுமல்லாமல் நோயின்றி வாழவும், அவ்வாறு வாழ்ந்து உயிரை உடலினுள் நிலைக்கச் செய்ய, நெடிய முறைகளை தனக்குள் அடக்கி தலை நிமிர்ந்து நிற்கும் மருத்துவ முறையாகும்.

நோயின் தொடக்கம் - வாழ்வின் நிலை - சாவின் காலகட்டம் ஆகிய ஒவ்வொன்றையும் தெளிவாக வரையறுக்கின்ற மிகப்பெரிய சோதிடக் கலையைக் கூட தனக்குள்ளே அடக்கியிருக்கின்ற மருத்துவ முறை இது.

"பேறு, இளமை, இன்பம் , பிணி, மூப்பு - சாக்காடு இவை ஆறும் கருவில் அமைப்பு" என்று சித்தர் கூறியதிலிருந்து இதை நாம் உணரலாம்.

பேறு

மரபியல் அறிவியல் வானளாவி வளர்ந்திருக்கின்ற இக்கால கட்டத்தில் கிறிஸ்து பிறப்பதற்கு ஏறத்தாள *4400* ஆண்டுகளுக்கு முன்பே மரபியல் முறையை முதன் முதலாக உலகுக்குத்தந்த மருத்துவம். இந்த மருத்துவம், காலஒழுக்கம், மூச்சுப்பயிற்சி, ஆசனமுறைகள், காயகல்ப முறை, வர்ம மருத்துவம், அறுவை மருத்துவம் உடலுக்குத் தீங்கு விளைவிக்காத வகையில் - எதிர்விளைவுகளைத் தராத நிலையில் - மருந்துகளைத் தயாரிக்கும் அரியகலையையும் நோயில்லா நெறியையும் சிறப்பாக எடுத்துச் சொல்லும் முறை சித்த மருத்துவ முறை.

பிராணாயாமம்

நலிந்தும் மெலிந்தும் காணப்படுவர்கள் வலிவு பெறவும், உலகெங்கும் பரவிக் கிடக்கும் உயிர்வளியை உடலுக்குள் கொண்டு வந்து சில நேரம் நிறுத்தி அதன் மூலமாய் உடலுறுப்புகளை உறுதியேற்றி எழுபத்தீராயிரம் நாடிகளை முறுக்கேற்றி சுருண்டுக் கிடக்கும் குண்டலினி சக்தியை ஞானத் தளத்துக்கு எடுத்துச் சென்று உடலைக் காத்தலோடு முக்காலமும் உணரும் முழு முதல் ஞான நிலையின் முதற்படியே இப்பயிற்சி. இக்கலையை நெஞ்சறை உறுப்புக்களின் நோய்களுக்கு மட்டுமே என்ற தவறான கருத்தை மக்கள் கொண்டிருப்பது உண்மையல்ல என்பதை இங்கு நான் நினைவூட்ட விரும்புகிறேன். **Bronchial Asthma** எனப்படும் நோய்க்கு இப்பயிற்சி சிறந்தது எனினும், அத்துடன் இதன் முழுப்பயன் முடிந்துவிடுவதாகக் கருதக் கூடாது.

பல்வேறு கலைகளின் நிலைக் களனாக நிலைத்த பெருமைக்கு உறைவிடமாக வரலாற்றுத் தொன்மைமிக்க லெமூரியா எனப்படும் குமரிக் கண்டத்தில் பிறப்பெடுத்த இம்மருத்துவ முறை தனது அணிகலனாக ஆயகலை *64*ஐயும், *96* தத்துவங்களையும் கொண்டு உலகின் தோற்றத்தையும் ஒடுக்கத்தையும் துல்லியமாக தெளிவுபடுத்த வல்லமைபெற்றதாகத் திகழ்கிறது.

மானின் துள்ளலிலும், மீனின் துள்ளலிலும் மயிலின் அசைவினிலிலும் கலைகளைக் கண்ட பழந்தமிழன் பரதக் கலையைப் பாருக்குத் தந்தான். பரதக் கலையின் நளினமும் அபிநயமும் எம்மருத்துவமுறையில் குறிப்பிட்டுள்ள ஆசன முறைகளுல் அடங்கும் என்பதை உணர்தல் வேண்டும்.

ஆசனம் என்றால் ஏதோ எண்ணிக்கை ஏறத்தாழ் ஒரு நூறு தேறும் என்பதே பரவலான கருத்து. ஆனால் இது பற்றி பகர்ந்த சித்தர்கள் "எண்ணிலா ஆதனம்" என்று உறுதிபட உரைக்கின்றனர். சில ஆசன வகைகள் சில வகை குறிப்பிட்ட நோய்நிலைகளை நீக்கவல்லது.

எடுத்துக்காட்டாக
சர்வாங்காசனம் - **General debility**
மயூராசனம், தனுராசனம் - **Diabetes Mellites**
சவாசனம், பத்மாசனம் - **Hypertension**
ஹலாசனம், சலபாசனம் - முதுகுத் தண்டு நோய்கள்
கருடாசனம் - அண்ட வாயு தீரும்

சிரசாசனம் - மூளை, பிட்யூட்டரி, பீனியல் சுரப்பி போன்ற உறுப்புகளை தூண்டும்.

காயகல்ப முறை

உயிர், இறைநிலையை அடைய பல்லூழிகாலம் வாழவேண்டும் என்பது தமிழர் கொள்கை ஆனால் மானிட வாழ்வோ சிலபத்து காலங்களில் சிதறுண்டுபோவது. இக் கொடிய நிலை ஒழிந்திட உடலை நன்னிலையில் வைத்திட , ஆன்மாவை அழிவினின்று காத்திட முறையொன்று சொன்னார்கள் சித்தர்கள் - அதுவே காயகல்ப முறை. காயம் என்றால் உடல்; கல்பம் என்றால் கல்லைப்போலாக்குதல் என்று பொருள். கல் எத்தனையாண்டு காலம் அழியாதோ அத்தனை ஆண்டுகாலம் உடல் அழியாது என்பது நம்பிக்கை. அதற்கான சில முறைகளை வகுத்து தந்திருக்கிறார்கள். பிணியுற்றபோதும். பிணியின்றி நன்னிலையில் உள்ளபோதும் இம்முறையை செம்மையாய் உபயோகிக்கலாம்.

கற்பத்தை யுண்டால் காயம் அழியாது
கற்பத்தினாலே காணலாம் கயிலையை
கற்பத்தினாலே காணலாம் சோதியை
கற்பத்தினாலே காலையும் கட்டிடே ?

கற்பவகைகளை கூறும்போது பொது, சிறப்பு என இருவகையாக கூறுவர். ஏனைய மருத்துவ முறையைப் பயன்படுத்தி தீர்க்க இயலாது என கருதப்படுகிறது பல நோய்களுக்கு சித்த மருத்துவத்தில் சிறந்த மருத்துவம் உண்டு.

வாத நோய்கள், தோல்பிணிகள், காமாலை, தொழுநோய், வெண்குட்டம், Psoriasis,புற்றுநோய்கள், இளம்பிள்ளை வாதம், தசைச் சூம்பல் குழந்தைகளுக் குண்டான Primary Complex, மன நோய்கள் மூர்ச்சை, காக்கை வலி, படர்தாமரை, தேமல், புழுவெட்டு, பாலுண்ணி, மரு, மச்சம், கீல்வாதம், பக்கவாதம், ஆண்மைக் குறைவு, கருத்தரியாமை, சூதக நோய்கள் போன்ற நோய்நிலைகளை சிறப்பாக தீர்க்கும் மருத்துவம் சித்த மருத்துவம்.

இது தொடர்பாக மேல் விபரம் அறிய விரும்புவோர் தகுதிவாய்ந்த சித்த மருத்துவ பட்டதாரி மருத்துவர்களை அணுகி பயன்பெறுமாறு வேண்டி என் உரையை நிறைவு செய்கிறேன்.

STUDY OF CRUDE DRUGS - PLANT ORIGIN

M. Padma Sorna Subramaniyan
Research Assistant, Survey of Medicinal Plants Unit - Siddha
Palayamkottai.

Introduction

The Plant products such as leaves, flowers, fruits, seeds, barks, roots, starches and including whole plants which possess remedial properities against diseases are called Crude Drugs. These drugs are used as single drugs or used in combination with other drugs or ingredients in medicinal preparations. They play an vital role in the health care products such as herbal beverages, cosmetics and indigenous medicines. In India more than two thousand items are available in commerce under the name crude drugs. These drugs are obtained or procured through the following sources.

1. Plants available in the vicinity of Human dwellings and in the cultivated lands as weeds.
2. Plants from waste lands.
3. Plants from Forests as minor forest products
4. Import
5. Cultivations

Standard Crude Drugs

The crude drugs which possess the specific qualities and the contents of therapeutically active constituents are the actual standards. Further it may be explained that the drugs should possess the actual specifications such as external appearence, moisture, chemical constituents and other factors already lined in the approved Materia Medica, Pharmacopoia etc. The following are some of the significant factors to be noted while studying the standards of crude drugs.

Uncertainity of Vernacular Name

In texts and in the verbal discussions one plant is described under several names and several plants are described under one name. The same is the case in the commerce also. There is confusion in the certainity of the actual drugs to be used in the said preparations. As a result of this spurious drugs are sometimes used in the place of correct drugs. One example can be cited here.

More than six roots of different species are used as "Kurunthotti" in Siddha and Bala in Ayurveda. Sida cordifolia, Sida acuta, Sida rhomfifolia, Abutilon indicum, Triumfetta rotundifolia, Grewia tenax etc.are sold under the name Kurunthotti in the Indian drugs market. But, the actual constituents of these plants vary from species to species. Hence an authentic identification and the correct source of any drug should be evaluated before using them in the preparation.

Varieties and the grades

In the crude drugs market it is observed that many drugs have varieties of their own and grades of their own. But, scrutiny of their chemistry shows that they possess different percentage of the active principles. The drug Parankichakkai or Parankipat-

tai is sold under four grades with different prices. The grades are:

1. Scrapped Root
2. Unscrapped Root
3. Maavu Chakkai (Maavu Means Flour)
4. Uluththa Chakkai (Uluththa means Bore tunnels or exhausted due to infection)

But there is no mention about these grades in the approved formulary or Materia Medica. All the grades are being used in the preparations inspite of their therapeutical variations. Another example is Black Pepper (Milagu). This drug has more than 8 grades in the market. The active principle piperine occurs in these grades from 4 to 10 percent. The seller and the buyer never consider this. They use all the grades. Using an uncertain grade will definitely affect the efficacy of the medicine.

Storage

Generally attention is not much paid in the storage of crude drugs by the sellers and the practitioners. Many root barks and other material which occupy bulky space are simply kept in open places for want of sufficient place. Some materials which should be stored in air tight containers, are simply kept in gunny bags or wooden boxes. The volatile oil bearing drugs are sometimes exposed to sunlight. As a result of this negligence or carelessness many crude drugs loose their power. Some of the examples are Kandankathiri (Solanum xanthocarpum) Vettiver(Vettiveria zizanoides) and barks of many species. The prevalent atmospheric moisture, light, temperature etc. repeatedly affect the drug bleech them or exhaust them in course ot time.

If the moisture content of the drug is increased, mites, bacteria, fungi etc easily attack the stuff and the drug become unfit for further use. This factors are not looked into both by the seller and the buyer.

Adultration and Substitution

Many crude drugs are adultered with similar looking materials or added with heavy materials such as mud, small stones, etc to increase the weight for fetching more profits. In some occassions, entirely different materials are sold as genuine by exploiting the technical ignorance of the buyer. A few examples are Sathi Kostam (Saussurea lappa) is adultrated with Puskara moolam (Inula sp) which looks similar. Similar Aamanakku Ennai (Castor oil) is added with Chalmoogra oil (Maravetti Ennal) and sold for higher prices. Regarding substitution an example can be cited here Koovai Maavu obtained from the rhizome of Maranta arundinaca is officially accepted source of Arrowroot. But starch of Tapioca (manihot esculenta) is sold under the name Arrowroot. The therapeutic properties of these two starches are entirely different.

To check these discrepancies the following are suggested.

1. The users both large scale or small scale should directly involve in the collection of the available drugs as far as possible. After the collection they should clean the drugs by washing them wherever possible and process the drugs according to the accepted specifications. The drugs thus processed should be dried under shade and stored them in suitable containers which retain the maximum constituents of the drugs.

2. Periodical inspection of these drugs is to be done so as to ensure no pests attacking the stored materials. If any pests seen, the container should be separated from the store room and the affected drugs should be cleaned, thrushed and restored in the containers. The containers also should be properly cleaned before reuse. The exhausted drugs if any, should be discarded immediately.

3. To deduct adultrants and substitutes one should compare the suspected material with authentic materials (drugs) preserved in the nearby standard herbaria. The specifications given in the Pharmacopoeia should be consulted prior to herbarium checking.

4. To avoid confusion in the vernacular or commercial names botanical names should be taken into account for each drug as the botanical names are universely standard and accepted.

5. For day to day dispensing of drugs, it is suggested to have a herbal garden and the required plants should be cultivated there.

வறுமை

* கொடுமையின் சிகரம் - நாட்டில்
தொலைந்து போகாத துயரம்
அடிமை நிலை தந்த - சமுதாயக்
காட்டில் வளர்ந் தோங்கும் இருட்டு
கடலில் உப்புக்கு பஞ்சம் - எனும்போதும்
கேட்பாரற்று படரும் தொடர்நோய்
மடமை என்கிற சாதனையால் வந்த
ஏழையின் பூர்வீக சொத்து

* ஒரு நேரச் சோறின்றி உயிர் துடிக்கும் - ஏழை
உறவின்றி பொருளின்றி வாழ்விருக்கும்
பெரும் வீட்டின் சிறுநாயு ம் பால் பருகும்-
பாவம்
பசிக் கொடுமை தினம் ஏழை ஊன் உருக்கும்
சருகுகள் தான் சமுதாயம்
சட்டங்களோ கண் துடைப்பு
சாகிறது எதிர்காலம்
அறிக்கைகளோ தன்னிறைவு
மிருக ஜாதி மனிதர்களை முது கொடித்து
மிதிக்கும் வரை
மாறாது மாறாது - வறுமை வடு ஆறாது-

S. DAVID GANA DEVA DHASAN
IV B.S.M.S.

மலரே குறிஞ்சி மலரே

அட்டைப் படக் கட்டுரை

Bot.Name: *Phelophyllum kunthianum* - குறிஞ்சி
Family : *Acanthaceae*

சிறிய புதர் செடியான குறிஞ்சி தமிழ் நாட்டிற்கே உரிய இனம். தமிழ் நாட்டின் மலைப் புறங்களில் 12 ஆண்டுகளுக்கு ஒரு முறை பூக்கும். இது 5000 அடிக்கு மேலான மலைப் பகுதிகளில் வளரக் கூடியது. மலர் நீல நிறமானது.

1898, 1910ம் ஆண்டுகளில் பழனி மலைப்புறத்திலும், 1887, 1899, 1911ம் ஆண்டுகளில் நீலகிரியிலும் பூத்ததாக கூறுகின்றனர். இதன் தண்டு கரியதாகவும் வலியதாகவும் இருக்கும். 2-3 அடி உயரம் வரை வளரக் கூடியது. பல்லாண்டு வரை வளரக் கூடிய இனம் .

குறிஞ்சி மலர் நன்றாக மலர்ந்துள்ள காலத்தில் மலை முழுவதும் நீல நிறமாக காட்சியளிக்கும். இதனால் தான் நீலகிரி என்ற பெயர் ஏற்பட்டதாகவும் கூறுவர்.

Strobilanthus பேரினத்தில் 192 சிற்றினம் உள்ளதாகவும், அதில் 154 இனங்கள் இந்தியாவிலும் 46 இனங்கள் தமிழ் நாட்டிலும் ஆப்பிரிக்காவில் 1 இனமும் உள்ளன.

தமிழ் நாட்டில் வளரும் 46 இனங்களில் 19 இனங்கள் 4 முதல் 5 ஆண்டுகட்கு ஒரு முறை மலரும் தன்மையு டையது. பூக்காத நிலையில் குறிஞ்சியை அப்பேரினத்தின் பிற இனத்திலிருந்து எளிதில் பிரித்தறிய முடியாது .

தாவரத்தின் தமிழ்ப் பெயர் பட்டியல் நூலில்
Strobilanthus kansangvinews - பெருங்குறிஞ்சி
Strobilanthus kunthianus - குறிஞ்சி
Strobilanthus ciliantus - சிறு குறிஞ்சி
எனவும் வழங்கப்படுகிறது.

சங்க இலக்கியத்தில் குறிஞ்சி

ஐந்திணைகளுள் முதன்மை நிலமாகிய குறிஞ்சி நிலம் மலையும் மலை சார்ந்த இடமாகும். இப்பகுதியில் குறிஞ்சி மலர் அதிகமாக காணப்படுவதால் அதற்கு அப்பெயர் ஏற்பட்டிருக்கலாம்.

பண்டைய தமிழ்ப் புலவர்கள் குறிஞ்சி நிலம், குறிஞ்சி ஒழுக்கம், குறிஞ்சி பண், குறிஞ்சி செடி ஆகியவற்றை சிறப்பித்து பாடியுள்ளமையால் இதன் சிறப்பு விளங்கும்.

"கருங்காற் குறிஞ்சி மதனில் வான் பூ "

- நற்றிணை 268:1

என வரும் அடியில் உள்ள மதனில் வான்பூ என்ற தொடருக்கு வலிமையில்லாத வெளிய பூ என உரை கூறுவர். மேலும் வான்பூ என்பதை உயரிய பூ என்றும், சிறந்த பூ என்றும் குறிப்பிடலாம்.

" குறிஞ்சி நாள் மலர் புரையும் மேனி "

- நற்றிணை 301: 2

என்னுமிடத்து அன்றலர்ந்த குறிஞ்சிப் பூவினை ஒத்த மேனியாள் என்று உரை கூறுவர். குறிஞ்சி மலர் பூத்த பின்னரும் 2-3 நாள் வரை வாடாத இயல்புடையதாக இருக்கும்.

பல ஆண்டுகட்கு ஒரு முறை பூக்கும் இம்மலர் உகுக்கும் தேன் நல்ல மணமும் மிக்க இனிப்பும் உடையதாக இருக்கும். இம்மலர் 12 ஆண்டுகட்கு ஒரு முறை பூப்பது ஆதலின் இதன் மலரில் சுரக்கும் தேன், அதாவது மலரின் செல்களிலுள்ள சாறு மிக முதிர்ந்து தேன் சுரப்பிகளின் மூலமாக வெளிப்படுவது இனியதாக இருப்பதில் வியப்பில்லை.

மேலும் இது 12 ஆண்டுகட்கு ஒரு முறை பூப்பதின் தாவர இயல் உண்மை என்ன? என்பதையும் இது இங்ஙனம் பூப்பதற்கு இச் செடியில் சுரக்கும் ஊக்கி நீர் (Hormone) எவ்வியல்புயடையது என்பதையும் இதுவரை யாரும் ஆய்வு செய்திலர்.

தொகுப்பு
மலர் குழுவினர்.

METHODS OF DIAGNOSIS IN SIDDHA SYSTEM OF MEDICINE

Dr. G. Ganapathy, B.I.M. M.D.,(S)
Professor Siddha Medicine,
Government Siddha Medical College, Palani
Deputation at Palayamkottai, Tamil Nadu - 627 002.

Regarding diagnosis they classified all the diseases into 4,448 types and adopted so many specific methods to diagnose the diseases. Mainly all the diseases are clarrified in the basis of Mukkutram (Vali. Azhal, Iyyam)

Method of diagnosis is based on 3 main principles (1) Porialarithal (2) Pulanalarithal and (3) Vinathal. Pori are the five organs of perception. They are nose, tongue, eyes, body and ears.

Pulan are the five object of Senses, i.e. smell, taste, light, sensation and sound. Porialarithal and pulanalarithal are examing the pori and pulam of the patient by Pori and Pulam of the physician.

Vinathal is asking question concerned with the disease to the patient or asking to his parents or neighbours who are taking care of him when the patient is not able to speak or the patient be a child.

These three factors are follower with the assistance of Alavai. Alavai is defined as measurement. It is in Ten Types. For medical field first three Alavaigal are very much useful. They are (1) Kandal (Observation) (2) Karuthal (Inference) and (3) Urai (Authority, literature)

Again the first said three types are subdivided into 8 (eight) different methods.
They are as follows:-

I - NAA (Tongue)
Colour, Character and sense must be observed
II -NIRAM (Colour)
Colour of the body must be noted
III MOZHI (Speech)
Character of voice should be noted
IV - VIZHI (EYE)
Colour, Character and sense must be observed.
V - SPARISAM (Body Skin)
Character, sense must be noted
VI - Malam (Stools)
Quantity, colour smell and frothy condition should be noted.
VII - MOOTHIRAM (Urine)
Neerkuri and Neikuri
VIII - NAADI (Pulse)
Vatham, PItham, Kapham, Thontham and Mukkutram must be noted.

I - NAA

(a) - NIRAM

1.	VATHA NIRAM	-	Black or Blue
2.	PITHA NIRAM	-	Yellow or Red
3.	KAPHA NIRAM	-	White
4.	KALAPPU NIRAM	-	Mixed according to affected kutram.

(b) CHARACTER

Coated, Salivation, dryness, ulceracted, Fisurer, Thickening, Marginal, Depressions, Carcinoma, Deviation, Condition, of Teeth and Gums and Angulam deviation.

(C) SENSE - TASTE (SUVAI)

VATHAM	-	Astringent
PITHAM	-	Bitter
KAPHAM	-	Sweet
KALPPU SUVAI	-	Mixed taste to affected
TOXIC CONDITIONS	-	Altered Taste

Examination of Teeth are also included in examination of Naa as follows

COLOUR OF TEETH

	Diseases		Colour
1.	VATHAM	-	Block
2.	PITHAM	-	Yellow
3.	KAPHAM	-	White
4.	KALAPPU	-	Mixed

By nothing the above said facts the Physician have some ideas about the diseases which

originated from affected Mukkutram. The ex aminaion of Saliva is also examined in Siddha system of medicine as follows:

EXAMINATION OF SALIVA

1.Toddy	-	Vatha Jwaram
2. Ghee	-	Pitha Jwaram
3. Oil	-	Kapha Jwaram
4. Different Taste	-	Epilepsy
5. Water	-	Janni
6. Semi Solid	-	Janni
7. Wax	-	Kapha Janni
8. Peacock's Feather Colour	-	Vatha Moolam
9. Parrot Feather Colour	-	Pitha Moolam
10. Crane Feather colour	-	Kapha Moolam
11. Fallen Crossed	-	Ellaippu
12. Fallen LOngtiturinally	-	Suvai Inmai
13. Tender Co-Conni Water	-	Best Saliva

One of our great Siddhar by name Theraiyar in his Yamaga Venba had written the prognosis of the diseases by test only as follows:-

PROGNOSIS BY TASTE

1. Bitter - Not felt other Tastes felt as Bitter	-	Death with in 1 week
2. Sweet - like above	-	1 Month
3. Sour (Pulippu)	-	15 days
4. Pongent - (Karam)	-	$\frac{1}{2}$ day
5. Salt - (Uppu)	-	1 day
6. Astringent - (Thuvarppu)	-	24 minutes (1 Naligai)

II - NIRAM

Niram means colour, here it implies to the colour of the body by the Physician will be able to acquire some knowledge on affected Mukkutram

DISEASES		BODY COLOUR
1. VATHAM	-	Black
2. PITHAM	-	Yellow (or) Red
3. KAPHAM	-	White (or) Pale
4. KALAPPU	-	Mixed Two colours
5. MUKKUTRAM	-	Multi coloured

As like in Naa, Prognosis of the diseases can be observed by colour of the body also as follows

PROGNOSIS IN COLOUR

GLITTERING SKIN		PERIOD OF DEATH
1. Sun Red	-	2 months
2. Moor -Reddish White	-	3 months
3. Mars - Thich Red (Fire)	-	4 months
4. Jupiter - Golden	-	5 months
5. Venus - Silvery	-	6 months
6. Saturn - Black	-	7 months
7. Dark - Green	-	8 months
8. Glittering No colour Present	-	No treatment sudden death

III. MOZHI

Mozhi means voice. From the nature of the voice of the patient i.e. Louder voice, Equal voice,Laughing and slurred in nature, confusing, Hallocination, Debating Dysyonoec speech, the physician will be able to predict something about the affected Mukkutram.For Example

1. VATHAM - Equal voice
2. PITHAM - High voice
3. KAPHAM - Mosical & Low
4. KALAPPU - Mixed voice (according to Kutram)

PROGNOSIS BY VOICE

According to Theraiyar Yamaga Venba the Prognosis by voice can be noted as follows. The time of the incidence of death is also mentioned.

Instrumental Sound		Incidence Of Death
1. Veera	-	1 Naligai
2. Sange	-	$1\frac{1}{2}$ Samam
3. Flute	-	$1\frac{3}{4}$ days
4. Pachikai	-	$16\frac{3}{4}$ days
5. Bird	-	$33\frac{1}{2}$ days
6. Sound from -Base of a Mountain	-	50 days
7 Sound from the - well	-	$66\frac{3}{4}$ days
8. Tharai		$83\frac{1}{2}$ days
9. Peri		100 days

IV.VIZHI

The term Vizhi means Eye. Under this the physician should observe the colour, character and sense of the patient's eyes as follows

(a) Niram		Colour
Rogi	-	Colour
I VATHAM	-	Black with cloudy and lacremation
II PITHAM	-	Yellow (or) Red
III Kapham	-	Pale

IV JANNI PATHAM	-	Yellowish Red
V. KAMALAI	-	Yellow

(B) Character

Ulcerated, Lacremation, Thickening of the Eye lips falling of Hairs 96 Types of Eye diseases. Burning sensation in the eyes.

(c) Sense

Vision - Normal (or) Abnormal
Sudden Loss of Vision causes death on 5 days.

V. SPARISM (MEI)

Under Sparism, the character of the Skin, body temperature area of sweating and condition of sense are all must be noted. Details are given below with the prognosis points of the skin.

(a) Character

Warmth, hot, Chill, localised - Warmthness, localised chillness (or) Nanny Extremity, Sweating Dryness of the skin, ulcerated, sweating, Patchy skin, lesions, Abscess, Scabies, sinus, wastings itchings, obesity

A. ROGI		BODY TEMPERATURE
1. VATHAM	-	Slight Heat
2. PITHAM	-	Excessive Heat
3. KAPHAM	-	Mildly Warmth & Sweating
4. KALLAPPU	-	Mixed according to Kutram

B. SWEAT - AREA		CONDITION
1. Fore head	-	Constipation
2. Full Body	-	After fever & Vatham
3. Knee Joints	-	Janni Rogam
4. Dieing Stage	-	Neck

II SENSE

Normal (or) Abnormal
(Diminished (or) loss of sensation)

PROGNOSIS BY SKIN

During Touch		Death by
1. Like Crocodile	-	65 days
2. Tortois shell	-	12 days
3. Tail of fish	-	45 days
4. Excess of Hotness	-	56 Samam
5. Deep Chillness	-	12 Samam
6. Extream Hotness	-	45 Samam
7. Soft skin - like Elephent	-	12 Naligai
8. Tree	-	56 Naligai
9. Stone	-	45 Naligai
10. Lotus	-	12 Seconds
11. Uli (Cotter)	-	56 seconds
12. Saw	-	45 seconds

VI - MALAM (Stools)

Examination stools is well explained. The Physician should ask the patient a bout the quantity, quality, colour, smell and frothy nature of his stools.

According to Vaithya chinthamani

1. VATHAM	-	Constipated Black coloured
2. PITHAM	-	Less with heat
3. KAPHAM	-	Reddish yellowish cold whitish
4. KALLAPPU	-	Mixed Colour

THERAIYAR YAMAGAN VENBA

1. Yellow Coloured Stool	- Vatha Jwaram (or) Vatha Kapha Jwaram
2. Sangu (Counch Shell) Colour	- Gunmam (or) mental disorder
3. Mullaippu colour	- Ulcer - Ear
4. Shining like lightning	- Severe disease (Bad Prognosis)
5. Hollow - like sward cover (Hanging)	- Kalva Kalappu disease

PROGNOSIS BY MALAKKURI

Dried and Hardened like Goat's Stools with Purified Body smell - Patient will die

VII NEER

(Moothiram - Urine - Neerkuri and Neikuri)

Neerkuri and Neikuri is very much useful for diagnosing the disease. It is mentioned in Theraiyar Neerkuri, Neikuri. In neerkuri he explains the colour, quantity, smell, frothy condition and sedimentations if any, In Neikuri the sprading character of the droped oil is explaimed, holder to the affected Mukkutram.

Collection of Urine: After having the aruswai diet in the previous day, the urine must be collected in the early morning. The urine should be examined with in one to one and half hours after collection

1. Soaked straw water	-	Indigestation
2. Reddish Yellow	-	Excess Heat
3. Thick Reddish (Panneer Poo)	-	Blood Pressure
4. Sky colour	-	Afficiated by poison
5. Dark Red (Saffron)	-	Kamalai
6. Mil Colour	-	Bore T.B.
7. Purified meat water	-	Kidney disease
8. Pus with offensive	-	Ulcer Bladder and urethra

NEIKURI - OIL DROP METHOD

Sufficient quantity of Urine is collected in a kidney tray and is kept in the sunlight unexposed to wind for movements. Then a drop of gingvi oil is droped gently in the urine with a rod or stick. Spreading character to the droped oil must be noted in the urine.

Spreading nature and its indications

1. Snake like Wavy	-	VATHAM
2. Ring (Regular Margin)	-	PITHAM
3. Float as Pearl	-	KAPHAM
4. Any two shape	-	KALAPPU
5. Sinks in the Urine	-	MUKKUTRAM

PROGNOSIS BY OIL TEST

1. Spreads slowly like ring	-	Can cure
2. Spreads Rapidly	-	No Medicine
3. Drop scattered like multiple mustard	-	leave with no treatment
4. Dissolved	-	No treatment
5. Like umbrella	-	Can cure

எட்டியும் எருக்கும் நஞ்சு போக்கும்
இஞ்சி சுரசம் சளி போக்கும்.

குமரியைத் தின்றால் குமரியை வெல்லலாம்

OTHER TESTS

1. Breast Milk Test

Male child Mother's Breast Milk must be pored in the Urine of the patients.

RESULTS:	Dissolved in Urine	-	Curable
	Not dissolved	-	Death

2. Pig's Fat Test:

Pig's Fat must be applied in the feet of the patient and it is given to a dog.

RESULTS:	Digested	-	Good
	Vomitted	-	Bad

3. Patient's Blood Test:

Two drop of blood must be dropped in the chill water

RESULTS:	Sink in Gold Water	-	Good
	Spreads	-	Bad

VIII - NADI (Pulse)

Siddhars treated this method as the confirmative method. They are well talented in it also.

வேலம்பட்டை பித்தத்தைப் போக்கும்
ஆலம்பட்டை மேகத்தைப் போக்கும்

நன்னாரி விரும்பப் பொன்னாகும் மேனி

PRIMARY STUDY OF 'D.M.OIL' WITH BED SORE WOUND HEALING EFFECT

Dr.A. Kumaravel., B.A.M.D(S)
Professor and Head of the Dept of Surgery
Dr. Apparanamdam,., B.I.M
Asst. Research Office (CCRIH)
Dr. Malhivanan B.S.M.S
Research Scholar

D.M.Oil Primarily containing coppersulpahate along with coconut oil and green leaves extract of Datina Alba, is used in Siddha Medicine to treat various types of wounds and ulcers. Siddha Medical literatures give more importance to copper and copper containing materials for the healing of wounds.The chief cnstituent of "D.M. Oil" is Datura Alba leaf juice. It is more effective in bed sore wound healing.

The Present paper explains the procedure for the preparation of the D.M.Oil with clenical evaluation of Bed Sore wound healing effect.

INTRODUCTION

The Present work was undertaken to survey the effect of this "D.M.Oil" on Bed Sore wound healing and the Chemical constituents responsible for this action. The cause of Bed sore is pressue the localised patches of gangrene developing over the Sacrum and buttocks. The best way to prevent pressure is to provide the patient with a good nurese. But pressure alone is not enough, for a healthy, person may lie in bed for a year with out developing a Bed Sore. The additional factors are a devitalised condition as a result of old age, prolonged illness, malnutrition with protein deficiency and above all stasis of blood stream in the lower extrmities with superadded thrombosis. When the dead tissue is cast off, a sore is left which may be of any depth and not frequently exposes the underlying bone, Bacterial infection is invariable and the resulting septic absorption is a serious feature of the condition.

MATERIALS AND METHODS

Preparation of D.M.Oil

1. Coppersulphate (Tamil Thurusu)	=	35gms
2. Coconut Oil	=	280 gms
3. Datura Alba Leaves Juice	=	700 gms

Copper sulphate is dissolved in the fresh juice of Datura Alba. The above compound is mixed with coconut oil and heated well till upto all water is evoporated, cooled and filtered. This is the preparation of D.M.Oil.

Chemical Composition of D.M.Oil

This prepatation is in the form of Liquid in nature. It is not soluable in cold and hot water. It is effectevely soluble in chloroform, ether, carbon-tetra Chloride, acetone and Benzene. This oil contains the following materials like Copper Sulphate, Alkaloids like Atropine (Dihyosiamine) hyocyanine (C_{17} H_{23} O_3N, M.P.10850) and (hysocine) Scopulamine ($C_{17}H_{23}O_3N$). This oil mainly contains more amount of alkalodis and fat substance. The P.H. of the oil is "5 to 6". So it is in the acid range. Colour green in colour.

PHARMACOLOGICAL ACTION OF COPPER-SULPAHTE AND THE ALKALOIDS OF D.M.OIL

Coppersulphate is a peripherally acting emetics which evokes vomiting by irritation of gastro-intestinal tract. Being a metal salt it has an astrengent action and it precepitates protein from the cells of the mucouse membrane and thus exert a protective action. Atropine and the other alkaloids are the most commonly used anticholinergic drugs. Atropine is effective in antagonising the central and peripheral muscarinic effects but does not modify the ganghonic action and the neuromuscular, paralysis, Scopalamine is a central depressant and can act as a sedative. It has more prominant effects on the iris, the ciliearius body and the salivarey, bronchial and sweat secretions while atropin is more active on the heart, it is gastro intestinal tract and the bronchial smooth muscles. Atropine has a longer duration of action than scopolamine. So this D.M. Oil has an anti-spasmodic action on the site of application.

Local application of this oil is used for the action on the site of application and for the local action on mucous membrane. This oil should antibacterial activity even on the wounds accompanied with discharge of pus.

CLINICAL EVALUATION

We have taken only one selected male patient with bed sores in our college inpatient ward.

Both Bullocces were affected with bed sore wounds. With our chemical studies with bio-chemical laboratory investigations, the drug therapy proves to the more effective and satisfactory.

TABLE:I

Before application of D.M.Oil

Age of the Patient	sex	Size of Bed sore wound		Native of Ulcer
38 years	Male	Right side Length - 12 cm Depth - 6 cm Breadth - 8 cm	Left Side 10 cm 5 cm 6 cm	Edges - Shelving Edge Type - Non Specific Floor - Pnulent Base - Attached with deep muscles

GENERAL EXAMINATION OF THE PATIENT BEFORE TREATMENT

CVS	-	NAD
Respiration System	-	NAD
Abdomen	-	Lever not palpable Spleen not palpable
Urinary System	-	NAD
General Debility	-	Present
Anaemia	-	Present
Venerial Dixam	-	Nil
Diabetes Mellitus	-	Nil

LABORATORY INVESTIGATION BEFORE TREATMENT

Blood - T C 6000/- Cumm

DC : P - 78% L - 8% E - 14%

ESR 1/2 M - 68 MM

1M - 130 mm

Hb 28% Salish Method

TABLE - III

After Application of D.M. Oil

Quantity of D.M.Oil	Progress of Bed Sore Wound	I Week	II Week	III -Week	IV - Week	V- Week	VI-Week
30 ml applied three times a day	Length(cm)	10	8	6	4	2	0
	Depth(cm)	6	4.5	3.5	2	1	0
	Breadth(cm)	8	7	5.5	4.5	2.5	0

GENERAL CONDITION OF THE PATIENT AFTER TREATMENT

CVS	-	NAD
R.S	-	NAD
Abdomen	-	Lever not Palpable
	-	Spleen not Palpable
Urinary System	-	NAD
General Debility	-	Present
Anaemia	-	Present
Diabetes Melltius	-	Nil
Veneral Diseases	-	Nil

LABORATORY INVESTIGATION AFTER TREATMENT

Blood - 9400/cumm

DC = P - 70% L - 18% E - 12%

ESR 1/2 m - 45mm

1 m - 96 mm

Hb - 40% Salish Method

Result

The duration of treatement is maximum 6 weeks. Before treatment of the patient like ESR was high. After treatment ESR is decreased. Naturally this oil contains alkaloids like alophine, Hyoscynine and scopolamine. They are pareitularly noted.

DISCUSSIONS

The observation made from our experimental study reveals that D.M.Oil has markedly increased the wound healers effect in both side of the Bullocks Bed Sore wound. The coconut oil acts as an ulcer healing agent on the affected site coppersulphate acts as an antigangrenous drug. Datura alpa is a pain killer. But asper the siddha literarery Datura alba is a drug of choice of "Kuzhipun" deep ulcers or perferating ulcer. This oil is also used for other diseases like scabies, ear infections and eczema.

The treated patient had this bed sore for the past 10 months. Since he was patient sufferings from paraplegia, developed the Bed Sore. He had taken treatment from various hospitals but in vain. At last he was admitted in our hospital and the Bed Sore, was cured with the application of D.M. Oil. Further study in a large group of patients may help to criticaly evaluate the apparent usefullness observed in this present study and the mechanism of action of "D.M. Oil"

Acknowledgement

We wish to acknowledge our thanks to the principal, Govt-Siddha Medical College, Palayamkottai. Dr. S. Sulochana Professor of Biochemistry Dr. E. Amalabaskar, Dr.K. Saraswathi Professors of Pharmacology

Bibiliography

1. Siddha Vaidya Thiratu
   - by Dr.C.S Uthamaroyan
2. Gunapadam Mooligai
   - by Dr.R.Thiygagarajan
3. Gunapadam Thathu
   - by Dr. R. Thiyagarajan
4. Glossary of Indian Medicinal plants
   - by Chopra
5. Wealth of India
   - by Chopra
6. Materia Medica
   - by Nadkarani
7. Primary study of Solanum xanthocarpum seeds on wound healing effect with an the inflammatory action by Dr.Kumaravel.

MEDICAL PROVERBS

1. *The longer you can look back,*
   The further you can look forward

   -Churchill

2. *Man can learn nothing unless he proceeds*
   from the known to the unknown

   -ClaudeBernard

3. *One man's side effect is another*
   Man's remedy

   - Anon

4. *Knowledge comes but*
   Wisdom lingers

   -Tennyson

5. *Observation is passive Science*
   Experimentation is an active Science.

Dr. Sridharan
B.Sc., B.S.M.S. II. M.D (Gunapadam)

ஆய்வுகள் பல புரிவீர்

Dr.I. சொர்ண மாரியம்மாள்
இணை பேராசிரியர் M.D.(S)
பட்ட மேற்படிப்புத்துறை

மலைகள் என்றாலே அது சித்த மருத்துவ துறைக்கு மிக நெருக்கம ான ஒன்று. அங்கு தான் பல சித்தர் பெருமக்கள் வாழ்ந்ததாகவும் வாழ்ந்து கொண்டிருப்பதாயும் நம் நூல்கள் கூறுகின்றன. நம் சித்தர் பெரு மக்கள் ஆய்வு செய்யஆதாரமாக கொண்டது பற்பல மலைகளைத்தான். மலைகள் தான் செல்வச் சிறப்பிற்கு ஆதாரமாக உள்ளது. ஒவ்வொரு சித்தரும்.

'மண்ணில் நடவாதே மலைவில் ஏறு'

என்று ஆணை பிறப்பிக்கின்றனர். இதன் காரணத்தைபார்ப்போமேயானால் திருக்குறானில் இறைவனின் மகிமையை எடுத்துக் கூறும் ஓர் இடத்தில் பூமியின் தோற்றத்தைப் பற்றி கூறி அகண்டகாரத்தில் அது நிலைத்து நிற்கும் பொருட்டு பல விதமான மலைகளை ஆப்புக்களாக ஸ்தாபித்து உலகை நிலை நிறுத்துவதாகக் கூறப்பட்டுள்ளது. இம் மலைகளை ஆப்புக்களாக மட்டுமன்றி பல அரிய செல்வங்களை உடைய ஒரு பொக்கிஷமாகவும் இறைவன் படைத்துள்ளான்

மலைகள் எவற்றால் ஆக்கப் பட்டிருக்கிறது என்று பார்த்தால் கற்களால் மட்டுமன்றி, பூமியின் உயர்திணை, அஃறிணை பொருட்கள் எவற்றால் ஆக்கப்பட்டு வளர்கின்றனவோ, உயிர் வாழ்கின்றனவோ அதே சத்துக்களைத்தான் முழுமையாக கொண்டுள்ளது.

அதில் அடை பட்டிருக்கின்ற சத்துக்கள் தாம் நீரிலும், மண்ணிலும் பிரிந்து பரவி அங்கு தோன்றும் உயிர்களுக்கு ஆதாரமாக உள்ளது.

சித்த மருத்துவத் துறையில் புல், பூண்டு முதலிய உயிரினங்களைக் கொண்டு செய்யும் மருந்துகள் பற்றாத நிலையில், மேற்படி தாது சத்துக்களே உயரிய மருந்தாக பயன்படுகிறது.

தற்காலத்தில் தாவரவியல் நவீனப் படுத்தப்பட்டு விரிவாக்கப்பட்டுள்ளது. எனவே மூலகையினங்களைப் பற்றி நாம் அறிந்து கொள்ளவும் மேற்படித்துறை பெரிதும் துணையாக உள்ளது.

அதே போல் தாதுக்களைப் பற்றி நாம் அறிந்து கொள்ள வேண்டுமானால் கனிவளத் துறையின் உதவியின்றி முடியாது.

குணபாடம் தாதுப்பிரிவு என்றாலே அது கனிவளத் துறையின்ஒரு பகுதியே. தாது வளங்களில் கூறப்பட்டுள்ள கற்களும் உலோகங்களும், படிவப் பாறைகளும், மண் வகைகளுமே நமது மருந்துச் சரக்காக சொல்லப்பட்டுள்ளது. உதாரணமாக கற்காவி அதாவது காவிக்கல் என்பது ஒரு வகை கல். தவளைக்கல் என ஒன்று உபரசத்தில் கூறப்பட்டுள்ளது. இது **Laterite** என வழங்கப் படுகின்ற இரும்பு, செம்பு, மற்றும் பல கலவைகள் கலந்துள்ள கல். கருடக்கல் என்பது **Magsite** எனப்படும். சாத்திரபேதி என்பது **Ferrogenious Shale** என வழங்கப்படுகிறது.அப்பிரகம். **(MICA)** என்பதும், கல்நார் - **(ASPESTAS)** என்பதும் நம் எல்லாருக்கும் தெரிந்தது.

இதைப் போல இன்னும் இனங் கண்டு கொள்ள வேண்டிய பல உலோக சரக்குகள் புத்தக வடிவில் மட்டுமே இருக்கின்றன. கண்டு பிடிக்க முடியாமல் இவை. கால வட்டத்தில் அழிந்து போகவும் வாய்ப்புகள் உண்டு.

மருத்துவத்திற்கு ஆதாரமான சரக்குகளை பற்றி தெளிவாக அறிய முடியாத ஒருவன் சிறந்த மருத்துவன் ஆக மாட்டான்.

வளர்ந்து கொண்டிருக்கின்ற சித்த மருத்துவத்துறையைச் சார்ந்த மருத்துவர்கள் தான் இச் சரக்குகளை வெளிக் கொணர ஆய்வுகள் பல செய்ய வேண்டும்.

இயற்கை சரக்குகளைப் பற்றி தெளிவாக அறிந்து கொண்டால்தான் செயற்கைச் சரக்குகளை தயாரிக்க முடியும்.

இவ்வாறான சரக்கினங்களை இனங்கண்டு கொள்ள வேண்டிய ஆய்வுகள் ஒரு புறம் இருக்க நாம் பயன் படுத்திக் கொண்டிருக்கின்ற தாது சரக்குகளின்

ரசாயனக் கலவை ஆய்வு செய்யப்பட்டு ஒவ்வொரு சரக்குகளின் இரசாயனக் கலவை உறுதி செய்யப்பட வேண்டும்.

இருப்பினும் ரசாயனக் கலவையினை மட்டும் கருத்தில் கொண்டு மருந்தின் தரத்தினை சித்த மருத்துவ முறையில் நிலை நிறுத்த முடியாது. உதாரணமாக சங்கு, சிப்பி, கிளிஞ்சல், படிகக் கல், கருஞ் சுக்கான் கல் இவற்றையெல்லாம் ரசாயன ஆய்வுக்கு உட்படுத்தும் போது அனைத்துமே சுண்ணச் சத்து (Calcium) உடையது என கூறப்பட்டுள்ளது. ஆனால் நவீன மருத்துவத்துறையின் அடிப்படையில் சுண்ணச் சத்து குறைவான நிலையில் மட்டுமே மேற்படி சரக்குகளை உபயோகிக்க வேண்டும் என கூறி விடமுடியாது.

ஏனெனில் நூற்களில் ஒவ்வொரு சரக்கினுக்கும் தனித்தனியாக வேறுபட்ட குணங்கள் கூறப்பட்டுள்ளது.

ஆனால் எவற்றின் அடிப்படையில் தாதுக்களின் பொது குணம் ஆராய்ந்து தெளிந்து சொல்லப் பட்டது என்பதற்கான விபரம் கிடைக்கவில்லை.

எனவே பொதுக் குணத்தின் கீழ் சொல்லப்பட்டுள்ள படி ஒவ்வொரு தாதுக்களின் செயல் திறமையை நிலை நாட்ட வளர்ந்து வரும் விஞ்ஞானத் துறையை நாம் பயன் படுத்தி ஆய்வுகள் பல செய்ய வேண்டும்.

சித்த மருருத்துவத்தின் ரசாயனத் துறை வளர்ந்துள்ள ரசாயனத் துறைக்கு அப்பாற் பட்ட நிலையில் இருப்பதால் "இரசாயன ஆய்வுகள்" மட்டும் மருந்து சரக்குகளின் செயல் திறமைக்கு போதுமானது அன்று. ஆய்வுகளினாலேயோ, அல்லது தத்தம் ஞானத்தினாலேயோ சித்தர்கள் சொல்லிச் சென்ற முடிவை மீண்டும் நம் பாணியால் ஆய்வுக்கு உட்படுத்தி அதன் சிறப்பை வெளிக் கொணர்ந்தால் தான் நம் மருத்துவத்தின் சிறப்பு உலகளாவிய நிலையில் விரிவடையும். இதற்கு அடிப்படையாக ஒவ்வொரு மருந்து சரக்கினதும் அன்றி மருந்துகளினதும் "STRUCTURE" பார்க் வேண்டியது கட்டாயமாகும்.

இவ்வாறு சித்த மருத்துவ மாணவர்களும் மருத்துவ அறிஞர்களும் தத்தம் பணி நேரங்களில் சில மணித் துளிகளை ஆய்வுக்காக ஒதுக்கி - ஆய்வுகள் பல புரிவோமாக!

ABSTRACT FORM

NATHAI CHOORI (BORR RIA HISPIDA)

(CAPITAL LETTERS) IN CCQR INDUCED LIVER DAMAGE.

Nathai Choori (Borreria Hispida) is used by some native people in treatment of Jaundice. The drug is also claimed as an alterative, tonic, cooling, anti-diarrheal and anti-dysenteric. The drug was tried in CC14 induced liver damage in albino rats. The expressed juice, 1 ml/100g orally was used. Among the three groups of rats two received CC14, subcutaneously. The drug and C14were repeated once in a day for 5 days. At the end of the experiment, animals were sacrificed and the excised liver lobes processed for histopathological studies. This study revealed that the drug afforded remarkable degree of protection against CC14 induced liver damage. Nathai Choori inhibited carrageenin edema in rats, In yeast induced hyperthermic rats the drug had no activity.

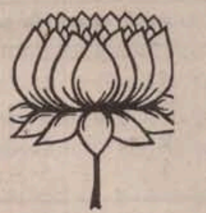
Dr.S.Soundararajan,
B.S.M.S. M.D.(S).

முழுக்க முழுக்க சர்க்கரையாக
இருந்து விடாதே!
உலகம் உன்னை விழுங்கிவிடும்.

முழுக்க முழுக்க எட்டிக்காயாக
இருந்து விடாதே!
உலகம் உன்னை உமிழ்ந்து விடும்.

- பாரசீகப் பழமொழி

அதிரத்தக் கொதிப்புக்கு வெண்தாமரைச் சூரணம்



* டாக்டர் எஸ்.லோகமணியன் எம்.டி(சி)

** டாக்டர் சுந்த பலவேசம், எம்.டி.(சி)

***டாக்டல் கே.வி.வைத்தீஸ்வரன், எம்.டி.(சி)

****டாக்டர் க.ஜகந்நாதன், எம்.டி.(சி)

முன்னுரை:

சித்தா, ஆயுர்வேதா, யுனானி போன்ற மருத்துவ முறைகளை தன்னகத்தே கொண்டது இந்திய மருத்துவமுறை. அதிலும் சித்த மருத்துவம் என்பது தொன்மையும் பழமையும் வாய்ந்த அதுவும் தமிழகத்தின் மருத்துவ பாரம்பரிய சிறப்பினை இவ்வுலகினில் பறை சாற்றுகின்ற மருத்துவம் ஆகும். அத்தகைய மருத்துவத்தில், அதிரத்தக் கொதிப்பு, அதற்கான மருத்துவம் என்ற பெயரில் செய்த ஆய்வுகளின் முடிவுகளை இந்த ஆய்வுக்கட்டுரையாவது தெள்ளத் தெளிவாக விளக்குகின்றது.

சித்த மருத்துவத்தின் "அதிரத்தக்கொதிப்பு" என்ற நோயாவது 1.ரத்தச்சூடு 2.இரத்தஅமுக்கம் 3.இரத்தமிகுதி 4.ரத்த அழுத்தம் 5.ரத்த பெருக்கம் 6.ரத்தாதிக்கம் 7.நாடியிறுக்கம் என்ற வேறு பெயர்களை தாங்கி நிற்கின்றது.

அதிரத்தக் கொதிப்பின் இயலை (Definition) கூறுமிடத்து "நாடி நரம்பு ரத்தக்குழாய்கள் முறுக்கேறி இயற்கையாக ஓடிக்கொண்டிருக்கும் இரத்தவேகம் குன்றி சன்னரத்தக்குழாய்களில் ரத்தம் பொருமி மயக்கம், கிறுகிறுப்பு,கைகால்கள் சோர்வு, ஞாபகம்குன்றல், வன்மை குன்றல் ஆகிய குறிகுணங்களை காட்டும் நோயாகும்." என்று சித்த மருத்துவம் விளக்குகின்றது.

சித்த மருத்துவத்தில் நோய் எங்ஙனம் வருகின்றது என்று கூறப்படுகிறதென்றால் 1.மலச்சிக்கல் (Constipation) 2. மதுகள் (Alcohol) 3.புகையிலை (Tobacco chewing/smoking) 4.மாவகை (Carbohydrates) கொழுப்பு, இறைச்சி வகைகள் (Fatty Diet) அதிகமாக உட்கொள்ளல் 5. உழைப்பு மிகுதி 6. மேக நோய்கள் (Syphilis & Gonorrhoea) 7. பயம் (Fear) கோபம் (Anger) மன உளைச்சல் (Tension) 8. காரஉணவு (Acrid) 9. பரம்பரை (Heriditary) போன்ற காரணங்களால் வருகின்றது என்பர்.

இதனையே நவீன மருத்துவம், காரணம் கணிக்கப்படாமல் வருவது "ESSENTIAL HYPER TENSION" பிற நோயினைத் தொடர்ந்து வருவதை "SECONDARY HYPERTENSION" எனவும் கூறுகிறது.

இந்த ஆய்வுக் கட்டுரை "ESSENTIAL HYPERTENSION" என்பதன் பேரில் அமைந்த ஒன்று.

சித்த மருத்துவத்தில் "அதிரத்தக் கொதிப்பானது" முக்குற்றங்களில் (வாதம், பித்தம், கபம்) பித்தமானது தன்னளவில் மிகும்போது மற்ற குற்றங்களாக வாதம் மற்றும் கபம் துணையோடு இந்நோயை உண்டாக்குகிறது. பித்தம் எவ்வாறு தன்னளவில் மிஞ்சுகிறது எனில் அதனை அதிகப்படுத்தும் உணவு மற்றும் செயல்களினால் என்பதுதான் தெளிவு. உணவு எங்ஙனம் பங்கு பெறுகிறது எனில் பஞ்சபூதங்கள் (மண், நீர், தீ, வாயு, ஆகாயம்) "தீ" பூதம் சேர்ப்புள்ள உப்பு, புளிப்பு, கார்ப்பு என்னும் சுவையுள்ள உணவுப் பொருட்களை மிகுதியாக உண்பதால் பித்த குற்றமானது மிகுந்து இந்நோயை உண்டாக்குகிறது. இந்நோயினால் ஆராயுமிடத்து பித்த வாதம் மிகுந்து காணப்படும்.

தேவையான பொருட்களும், முறையும்

இந்நோயினருக்கு:

வெண்தாமரை சூரணம் 1-2 கிராம்; குக்கில் பற்பம் 100-200 மிலி பால் அல்லது வெந்நீரில் தினம் ஒன்றுக்கு மூன்று வேளை வாய்வழியாக கொடுத்து ஆய்வு செய்யப்பட்டது: யோகாசன முறையிலும் ஆய்வுக்குட்படுத்தப்பட்டது. மொத்தம் 20 நோயாளிகள் இந்த ஆய்வுக்கு உட்படுத்தப்பட்டனர். இந்த ஆய்வு செய்த இடம் பட்டப்படிப்பு மருத்துவப் பிரிவு, அரசு சித்த மருத்துவக் கல்லூரி, பாளையங்கோட்டை.

அட்டவணை.1

வயது மற்றும் பால் பற்றிய அட்டவணை

வயது	ஆண்	பெண்	மொத்தம்
35-40	1	2	3
41-50	4	2	6
51-60	5	1	6
61-70	4	1	5

* விரிவுரையாளர், பட்ட மேற்படிப்புத்துறை - மருத்துவம், அரசு சித்த மருத்துவக் கல்லூரி - பாளையங்கோட்டை, திருநெல்வேலி மாவட்டம்.

** பேராசிரியர், பட்ட மேற்படிப்புத்துறை - மருத்துவம், அரசு சித்த மருத்துவக் கல்லூரி - பாளையங்கோட்டை, திருநெல்வேலி மாவட்டம்.

*** முதல்வர், அரசு சித்த மருத்துவ கல்லூரி, பாளையங்கோட்டை, திருநெல்வேலி மாவட்டம்

**** இறுதியாண்டு மாணவர், பட்ட மேற்படிப்பு, அரசு சித்த மருத்துவ கல்லூரி, பாளையங்கோட்டை, திருநெல்வேலி மாவட்டம்

அட்டவணை.2

வருமான அடிப்படை
(ECONOMICAL STATE)

வயது	குறைந்த வருமான வகுப்பு	நடுத்தரவருமான வகுப்பு	உயர் வருமான வகுப்பு	மொத்தம்
35-40	1	1	1	3
41 - 50	1	2	3	6
51 - 60	2	3	2	7
61-70	1	2	1	4

அட்டவணை.3

மருத்துவம் அளிக்கப்பட்ட காலம் பற்றிய அட்டவணை
(NUMBER OF DAYS TREATMENT GIVEN)

நாள்	ஆண்	பெண்	மொத்தம்
40 -60	2	1	3
61 - 90	3	2	5
91 - 120	5	2	7
120க்கு மேல்	2	0	2
			17

20 நோயாளிகளில் 3 நபர்கள் மருத்துவத்தைத் தொடராமல் இடையிலேயே நிறுத்திக் கொண்டனர்.

கண்காணிப்பு. (OBSERVATION)

அட்டவணை 1ன் படி ஆண், பெண் இரு பாலரில் பெருவாரியாக ஆண்களுக்கும், அட்டவணை 2 வருமான அடிப்படையின் படி நடுத்தர மற்றும் உயர்வருமான வகுப்பினருக்கும் அதிகமாக வருகிறது என்றும் அட்டணை 3 மருத்துவம் செய்யப்பட்ட நாட்கள் அடிப்படையில், 60-90 91 முதல் 120 நாட்களில் அதிகப்படியான நோயாளிகள் வருகிறார்கள் என்றும் அறிய ஏதுவாக இருக்கிறது.

கருத்து பரிமாற்றம் (Observations)

ஆய்வுக்குட்பட்ட நோயினர் 20 பேர்களில் 8 பேர் உள் நோயாளர் பகுதியிலும், 12 பேர் வெளி நோயாளிகள் சிறப்பு பகுதியினாலும் அனுமதிக்கப்பட்டு மருத்துவம் அளிக்கப்பட்டார்கள்.

மேற்கண்ட நோயினரில் பெரும்பாலும், நடுத்தர மற்றும் உயர் வருமானத்திற்குப்பட்டவர்கள் தாம் அனுபவித்து துன்பங்களாக தலைவலி, மூச்சு திணறல், தூக்கமின்மை, சிறிது நடப்பிலும் அசதி, கிறுகிறுப்பு போன்றவைகள் இருந்ததாக கூறினர்.

ஆய்வில் மூன்றுபேர் மருந்துகள் உட்கொள்வதை இடையிலேயே நிறுத்திக் கொண்டனர். இரண்டு பேர் மட்டும் மருந்துகள் உட்கொள்ளும்பொழுது தினம் 3 முறை செரியா கழிச்சல் ஏற்பட்டதாக கூறினர். மேலும் ஒருவர் உடலின் சில இடங்களில் ஊரல் (Itching) ஏற்பட்டதாகக் கூறினர். மற்ற யாருக்கும் எந்த எதிர்விளைவும் (TOXICITY) ஏற்படவில்லை.

இந்த ஆய்வுப்பயணத்தின் போது மருத்துவம் துவங்கும் முன்வரும், மருத்தும் அளிக்கப்படும் போதும், மருத்துவம் அளிக்கப்பட்ட பின்னரும் குருதி அழுத்த கணிப்பு (MEASURING BLOOD PRESSURE) மற்றும் பிற நவீன ஆய்வுக் கூடத் தேர்வுகளும் நடத்தப்பட்டன.

மருந்தியல் (PHARMACOLOGY) மற்றும் உயிர் வேதியியல் (BIO CHEMISTRY) ஆய்வுகளும் இதுபற்றி நடத்தப்பட்டு வருகின்றது.

மருத்துவம் அளிக்கப்படும் காலத்தில் கண்காணிப்பு (OBERSVATION DURING TREATMENT)

மருத்துவம் துவங்குவதற்கு முன்னர் அனைத்து நோயினருக்கும் குருதி அழுத்தம் பார்க்கப்பட்டது.
சராசரி அளவாக
நான்குபேர்களில் - 180/100 mmHg
இரண்டுபேர்களில் 180/110 mmHg
நான்குபேர்களில் - 170/110 mmHg
ஒரு நபருக்கு 190/110 mmHg
மூன்று நபருக்கு - 200/120 mmHg
4 நபர்கட்கு 200/130 mmHg
இரண்டு பேர்களில் - 230/140 mmHg என்றும் இருந்தது.

அளிக்கப்பட்ட மருத்துவத்தை 20 நபர்களில் 17 நபர்கள் முழுமையாக ஏற்றுக்கொண்டனர். 3 பேர்கள் மருத்துவத்தைத் தொடரவில்லை.

மருத்துவம் அளிக்கப்பட்டு கொண்டிருக்கும் காலத்தில் தலைவலி, கிறுகிறுப்பு, மயக்கம், போன்ற அறிகுறிகள் குறைந்து வந்தது கவனிக்கப்பட்டது. ஆனால் 2 பேர்கட்கு தினம் 3 வேளை செரியாக்க கழிச்சலும், ஒருவருக்கு ஊறலும் ஏற்பட்டது. ஆகவே அதற்கான மருத்துவம் செய்யப்பட்டு குணம் கண்டனர்.

மருத்துவம் அளிக்கப்பட்ட 40-120 நாட்களில் நோயாளிகள் மருத்துவ காலத்தின் முடிவில் 15 பேர்கட்கு சராசரியாக 140/90 mHg ஒருவருக்கு 180/100 mmHg மேலும் ஒருவருக்கு 200/110 mmHg என்ற அளவிலும் குருதி அழுத்தம் இருந்தது. கடைசியா கூறப்பட்ட இரு நபர்களும் ரத்த அழுத்தம் 180/100; 200/110 mmHg என்று தொடர்ந்து இருந்து வந்தாலும் குறிகுணங்களும் என்றும் இல்லாமலிருந்தது கவனிக்கப்பட்டது. கூறப்பட்ட 17 நோயாளிகளில் 12 பேர்கள் சிறப்பு வெளிநோயாளர் பகுதியில் 2 மாத காலம் தொடர்ந்து கண்காணிக்கப்பட்டனர்.

ஆய்வு முடிவு. (CONCLUSION)

சித்த மருத்துவத்தில் "வெண்தாமரை சூரணம்" நுக்கில் பற்பம் இரண்டுமே தகுந்த அளவில் பால் அல்லது வெந்நீரில் உள்ளுக்கு 3 வேளை கொடுத்து அத்துடன் சில யோகாசன முறைகளையும் கடைபிடித்தபோது "அதிரத்தக் கொதிப்பு" எனும் நோயில் மிகுந்த குருதியழுத்தமானது இயற்கை அளவை மீண்டும் ஈட்டச்செல்ல உதவுகிறது என்ற ஊக்கம் தரும் முடிவுகளை **(ENCOURAGING RESULTS)** இவ்வாய்வு விளக்குகிறது.

இந்த மருத்துவ கருத்துப்பரிமாற்றமானது **(CLINICAL DISCUSSION)** ஓர் ஆரம்பிக்கப்பட்ட ஆய்வே. **(PRIMARY STUDY)**

குறிப்பு:

இந்த ஆய்வுக்கான மருந்து "வெண்தாமரை சூரணத்திற்கான" பார்முலாவை தந்துதவிய பட்டப்படிப்பு மருத்துவ பேராசிரியை டாக்டர் ராஜேஸ்வரி எம்.டி.(சித்தா) அவர்கட்கு நன்றி கடந்த 26,27,28-11-92 தேதிகளில் திருச்சி பாரதிதாசன் பல்கலைக் கழகத்தில் தமிழக அறிவியல் பேரவையின் முதற்கூட்டம் நடைபெற்றது தெரிந்ததே. அவ்வமயம் M.G.R. மருத்துவப் பல்கலைக் கழகத்தின் சார்பில் 25 ஆய்வுக் கட்டுரைகள் வாசிக்கப்பட்டன. அதில் ஒன்றுதான் சித்த மருத்துவக் கல்லூரியின் சார்பில் வாசிக்கப்பட் மேற்கண்ட ஆய்வுக்கட்டுரை என்பது குறிப்பிடத்தக்கது.

புதுக் கவிதை

ஈர நெஞ்சில் பஞ்சானாய்
இன்று கனக்குது என் இதயம்

பாரம் தாங்க வில்லையடி
பாவம் நான் நீ பாவியடி

யாரைக் கேட்டு நீ வந்தாய்
ஏன்தான் என்னை உயிர்ப்பித்தாய்
- இந்த

பாறைக்குள்ளும் ஈரத்தைப்
பார்த்தபின் ஏன் கொல்கின்றாய்?

ஈர நெஞ்சில் பஞ்சானாய்
இன்று கனக்குது என் இதயம்

நீரில் வாழுது என் கண்கள் - உன்
நினைவில் தேயுது என் வாழ்வு

மார்பில் சுமக்க வில்லையடி - உன்னை
மனதில் சுமந்தேன் தொல்லையடி

போரில் பட்ட வடுவில்லை - உன்
போதை தந்த காயமடி

ஊரும் உறவும் பகையாச்சு - உன்னால்
உயிரும் உடலை வெறுத்தாச்சு - இந்தப்

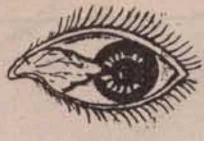
பாரம் தாங்க வில்லையடி
பாவம் நான் நீ பாவியடி

வளைந்து குனிந்தால் நாணல்
வளைய மறந்தால் மூங்கில்

ஒடிந்த பின்வரும் ஞானம்
யாருக்கு உதவக் கூடும்

ஈர நெஞ்சில் பஞ்சானாய்
இன்று கனக்குது என் இதயம்

டாக்டர் P.R. ராமசாமி MD. (S)



Nagapadalam

Pterygium in Siddha Opthalmology



Dr.P.A. Mohamed Iqbal. M.D. (S)
Professor

Pterygium is one of the degenerative conditions of the Eye. It affects the cornea and conjunctiva. It occurs as unilateral (or) bilateral ailment in both sex commonly in all age group but more in adolecence. Those who are having close contact with fumes, dust and dust particles especially working in factories are more affected. The growth statrs from the lateral or medial canthus of the globe and proceed towards the cornea and finally touches the pupillary margin. The size and shape of the growth resembles the hood of the cobra. So it is called "**NAGA PADALAM**" in Siddha Literatures.

Though pterygium looks by appearance as a disease of the conjunctiva it is not so. It is primarily a degenerative condition of the sub-epithelial layer of the cornea close to the centre of its nasal or temporal border which is followed by migration of the adjoining conjunctiva to strengthen the weakened cornea. Such migrated conjunctiva look as a triangular fold with its apex on the cornea and the base towards the centre or inner canthus.

The old Siddha literatures like Agasthiyar Nayana Vithi and Naga Muni Nayana vithi it is clearely stated that Nagapadalam is a degenerative condition of the conjunctiva and cornea. They described in nearly 15 poems regarding the physical signs, symptoms, different types of pterygium are the treatment including medical and surgical to their maxium extent.

In Agasthiyar Nayana vithi it is stated

கடைக்கண் இருபுறத்தில் காணவே சிவப்புத் தோன்றில்
துடைசதை போல வந்து சோதியை தின்று நாளில்
அடைத்திடும் விழிகள் தன்னில் அதிக நீர் திணவு
முண்டாய்
நடைபடி குணங்களெல்லம் நாகமாம்படலமாமே
(பாடல் - 107)

From the above stanza it is understood that it grows from the lateral or medial canthus and crosses the pupillary margin. The colour of the growth is red and fleshy and irritates during global movements. Watering also seen when the above signs and symptoms are present it is called "Naga Padalam"

Regarding the treatment aspect he has stated as follows:

கருதாய் விழியிற் கடையுற்று கருத்து ஜோதி அதனுள்
மருவாய் வெள்ளை மேலோடி மருவிச் செந்நூலது
ஒப்பாய்
உருவாய் மேனித்திரண்ட உரித்த தோல் தன்தசைபோ
வெருவாய் வந்த நற்கண்ணி விலிசம் கொண்டே
உரியாயோ.

In the above stanza he has described the surgical treatment to remove the growth by means of an instrument called "Villisam". The excised growth material resembles a thin muscular layer.

In modern opthalmology the same principle as stated by our Siddhars is adopted. The treatment aspect of pterygium is Excision and removal of the degenerative growth.

In Nagamuni Nayana Vithi he has described the above condition as padalam and he has differentiated the padalams into seven varieties according to the colour and shape of the growth as stated below

பேசிய படலம் ஏழும் பெய்விளை மானே கேளாய்
கூசியே விழி சிவந்து கோழை சதைப் படலம் மற்றும்
மாசுரு படல நீரால் மாரத்தப்படலத்தோடு
வீசியே வரியடர்ந்த படரமின்னுள்கேள் மின்னே
கார்குழல் மானே கேளாய் கருநாகப் படலமொடு
கூர் விழி மந்தமாகும் மாங்கிசப் படலக் கூறும்
ஏர்பசு விழியடர்த்தி என்றிவை மூன்றும் தானே
நேரிலா சாத்தியத்தின் குணமென நிகழ்த்தினாரே.
(பாடம் 40 - 41)

In the above poems he has described the pterygium as seven types according to the colour and physical appearance. (i.e) Sathai Padalam, Neer Padalam, Rattha Padalam, Varieluchi Padalam, Karunaga Padalam, Authimankisha Padalam and Pasu villi Padalam. He has stated in the succeeding poems about the sign and symptoms of the seven types of padalams. Only three padalams that is Karunaga Padalam, Athimankisha padalam, and Pasu villi padalam are amenable for treatment.

நருநெய் உழக்கு நத்தை சிப்பி நவிலு டீநரும் சரி கூட்டி
புறு நற்சீரகம் மதி முதரத்தோடு தேவதாரம் பின்
கரிய சீனாக் கரமுடன் நாட்டு முருங்கைப் பூநீரும்
துறையாதினைக் கூட்டி வந்து குளிரத் தாரைகூட்டுகவே
(பாடல் 50)

He has stated only medical treatment (external) for padalams and he has not mentioned about surgical treatment.

As per the modern opthalmology the types of pterygium are differenciated into pseudo-pterygium, Vascular pterygium, cystic pterygium, Atrophic pterygium and Sarcomatous pterygium. The treatment aspect of all types is only surgical that is excision and removal (or) sub conjunctival transplantation.

Here is a great relation between the diagnosis, signs and symptoms and treatment also. The same surgical treatment is now being followed by the opthalmologist as stated by the Siddhars. The size and model of the surgical instrument like villisams is now not available. The Tamil literatures are the only available records.

I have made a sincere attempt to correlate the Siddhars Nayana vithi with the modern opthalmology. More steps must be taken in all aspects of the above look in a scientific way to bring out the things. It needs vast pharmacological and clinical studies.

எச்சமும் இலட்சமாகும்.

"குக்கிடத்திற் கேழ்வரகைக் கொட்டியம் மலமெடுத்து
தக்கிடப்பின் சாராயிற்றா"

கோழிக்குக் கேழ்வரகைப் போட அது தின்று போடும் எச்சத்தை சிறிதளவு சாராயத்தில் கலக்கி கொடுக்க அவன் சாராயம் பக்கம் நெருங்கமாட்டான்.

தொகுப்பு - சக்திவேல் **IV B.S.M.S.**

என் கவிதை....

கன்னங்களின் வெப்பத்தால்
என் கண்ணீர்
உதடுகளை அடையுமுன்பே
உலர்ந்து போகிறது.

உன் நினைவுகளின்
தேக்கங்கள்
ஹிராகுட் அணைகட்டுகள்
ஆனாலும் திறப்புகளற்றவை

நீ காண மறுத்ததினால்
கண்களிரண்டும்
நயாகரா வீழ்ச்சிகள்

ஊமையாய் போன
உதடுகள் மட்டும்
சஹாரா பாலைவனங்கள்

கன்னங்களின் வெப்பத்தால்
என் கண்ணீர்
உதடுகளை அடையுமுன்பே
உலர்ந்து போகிறது.

உன்னை நினைத்த
பாவத்திற்காய்
பாரச் சிலுவையை
தோள்களில் தாங்கி
பயணம் போகிறேன்
பாலைவனப் பாதையில் .....

கை கொடுக்க
சிமியோன் கூட வரவில்லை
மும்முறையல்ல
முந்நூறு முறை விழுந்து விட்டேன்
நேரத்தை கடத்துதற்காய் ....

கடைசி நேரத்திலாவது உனக்கு
கருணை வரும் என்ற
கற்பனையில் மிதந்து
கால்களை நகர்த்துகிறேன்
கல்வாரியினை நோக்கி

நீ அனுப்பிய ஆட்கள்
வார்த்தைகளால் வாட்டுகிறார்கள்
சாட்டைகளால் சாத்துகிறார்கள்
நினைவு முழுக்க
நீயே நிறைந்திருப்பதால்
நான் மட்டும் மௌனம்

உன்
வார்த்தை அணுகுண்டுகள்
தாக்கியதன் விளைவு
என் இதயமும் ஹிரோஷிமா
இனி இங்கு
பயிர் விளையாது
பாசம் தோணாது
காதல் வாராது
ஆனால் ..
கவிதை மட்டும்... *by*

CHARLES .G
IIIrd B.S.M.S

அமைதிப் பாதைகள்

* செயல் புரியும் ஆற்றல் உள்ளவன் செயல்புரிவான். அது இல்லாதவன் வெறுமனே பேசிக் கொண்டிருப்பான்.

* நாக்குக்கு எலும்புகள் கிடையாது ஆனால் அது பலரது எலும்புகளை நொறுக்குகிறது.

* மனிதனுடைய உள்ளத்தில் 7 நிறங்களல்ல.எழு நூறு நிறங்கள் உள்ளன

By
S. SELVA SUJATHA

நான் அடிமை

நான் அடிமை நான் அடிமை
என்றென்றும் நான் அடிமை
தெற்கு திசையிலிருந்து
தெம் மாங்கு பாடிவரும்
பொற்பூவின் நறு மணத்தை
பறித்து வரும் தென்றலுக்கு

(நான் அடிமை)

பார்க்க பாவையைப் போல்
பவள மேனி தனைக் காட்டி
சேர்த்து என் மனம் தைத்த
செம்பருத்தி பூவிற்கே

(நான் அடிமை)

மேடை வான் ஏறி
மேனி அதை நீல
ஆடையால் மறைத்திடும்
அழகான நிலவுக்கே

(நான் அடிமை)

கருமை மழை தோன்றி
கண்ணை கவர்ந் திங்கு
பெருமையுடன் வீழும்
பால் வண்ண அருவிக்கே

(நான் அடிமை)

மாங்கனி தோப்பினுள்ளே
மழலை மொழி பேசி
தேங்கனி மரம"து இன்னிசைக்கும்
பைங்கிளி யினுக்கே

(நான் அடிமை)

எண்ணத்தை கவர்ந்திழுக்கும்
எழிலான கானகத்தில் - தோகை
வண்ணத்தைக் காட்டி நிற்கும்
வடிவழகு மயிலுனுக்கே

(நான் அடிமை)

கோவைக் கனி இதழை
கோபமுடன் காட்டும்
பாவை மடியில் அவளின்
பாங்கான புன்னகைக்கே

(நான் அடிமை)

by
R. MILTON RAVI
I. D.Pharm

அடிமை வாழ்வு - இந்த நூற்றாண்டிலுமா?!
- மலர்க்குழு

HOSPITALITY IN A PRIVATE HOSPITAL

W*hen you come here ill,*
mostly you will be nil,

T*hey will give you a pill*
for money a pocket full

D*octors when they tell,*
they move like a devil.

N*urses when we call*
Come near like a wall.

Y*ou will become dull,*
if you stay a month full,

T*hey can treat you well,*
till you go to hell.

I*f you come up well,*
taking tablets stomach full,

T*hey hand you a bill,*
Which again makes you ill.

A Rajendrakumar
IV B.S.M.S.

ஆன்மீகமும் உடல் நல கல்வித் திட்டமும்

தொகுப்பு
மரு. இரா. பட்டராயன்., எம்.டி.(சி)
உதவி விரிவுரையாளர்
தோற்ற கிராம ஆராய்ச்சியும் - மருத்துவ வரலாறு
(இயற்கை மருத்துவம்)
அ.சி.ம.கல்லூரி, பாளையங்கோட்டை.

ஆன்மீகம் என்பது ஆத்ம தத்துவம் ஆகும். நமது வாழ்வு ஆற்றல் அனைத்தும் ஆன்மீகம் தான். தன்னிடம் உள்ள விலங்கு உணர்வை வென்று மனிதத் தன்மையைத் தெய்வத்துடன் இணைத்துக் கூட்டுவது ஆன்மீகம் ஆகும். அதாவது எல்லாப் பற்றுதல்களிலும் உணர்வுகளிலும் கடவுளைச் சம்மந்தப்படுத்திக் கொள்ளுதல் ஆன்மீகத்தின் உண்மையான பொருள் ஆகும். மனிதத் தன்மை மூலம் தெய்வீகத் தன்மையை வெளிப்படுத்துதல் ஆன்மீகத் தன்மை ஆகும்.

ஒரு நாணயத்தின் மதிப்பு எப்படி இரண்டு பக்கங்களில் உள்ளதோ அதுபோலவே தான் ஒரு மனிதனின் மதிப்பு ஆன்மீகத்திலும் உடல் நலக் கல்வியிலும் உள்ளது. ஒரு மனிதனுக்கு ஆன்மீகம் இல்லையென்றால் உடல் நலமும் இல்லை. ஆக இந்த ஆன்மீகச் சிந்தனையை எவ்வாறு வளர்ப்பது?.

இந்த ஆன்மீக சிந்தனையை தாங்கள் செய்யும் பணிகளில் தான் அமைந்து இருக்கின்றன. அதாவது **Work** யை **workship** ஆக செய்தல் தெய்வ அர்பமாக செய்யும் காலத்தில் தான் ஞானம் என்ற மெய் அறிவு தோன்றுகிறது. இந்த மெய் அறிவு தான் ஆன்மீக முன்னேற்றத்தின் முதல் படியாக அமைகிறது. எப்படி ஒரு குழந்தை குழந்தை பருவம் முதல் இளமை, முதுமை என்று மாறி முதிர்ச்சி அடைவது போல மனிதன் ஆன்மீகத்தில் முதிரிச்சி அடைய வேண்டும். மலரில் இருந்து பழம், பழத்தில் இருந்து இனிமையான சுவை, சுவையில் இருந்து ஆனந்தமயமான ருசி இருப்பது போல நல்ல பணிகளை நம் தெய்வ அர்ப்பணமான செய்கிற காலத்தில் அதுவே பக்தியாக மாறுகிறது.

அப்பக்தியே முக்தியின் நிலையில் ஆன்மீகமாக மாறுகிறது. இந்த ஆன்மீக வாசனையில் உள்ளம் தூய்மை உண்டாகிறது. அதனால் உடல் தூய்மையை அடைகிறது. ஆக உடல், உள்ளம் இரண்டும் தூய்மை அடைந்து ஆன்ம சித்த சுத்தியை அடைகிறது. இந்த சித்த சுத்தியே இறைவனுக்கு நாம் செய்யும் நன்றியாக அமைகிறது.

உள்ளம் பெரும் கோயில் உடல் இறைவன் வாழும் இல்லம். நோயற்ற வாழ்வே குறைவற்ற செல்வம் என்புரர்கள். எனவே ஆன்மீகத்தையே அடிப்படையாக கொண்டது தான் உடல் நல கல்வித் திட்டமும் ஆகும். சகலகலா வல்லவராக இருக்கலாம் அவர்களின் புலன் உறுப்புகளையும், சரீரத்தையும் மனதையும் அடக்க முடியுமா? முடியாது. இதற்கு ஆன்மீக உணர்வே சிறந்த சாதனமாக இருக்கிறது. மனிதர்கள் ஆன்மீக உணர்வையும், தேசிய உணர்வையும் வளர்க்க வேண்டும். இன்றைய மனிதன் தன் அண்டை வீட்டாரை பற்றி அறிந்து கொள்ள மாட்டான். ஆனால் தனக்கு எவ்வித தொந்திரவும் கொடுக்காத கோடிக்கணக்கான விண்கோள்களை பற்றி அறிந்து ஆராய்ச்சி செய்து தன் வாழ்நாளை கழிக்கிறார்கள். தன்னை பற்றி அறிய முடியவில்லை.

மனிதன் என்றாலே மாண்புடையவன் ஒரு தடாகத்தின் அழகு அதில் பூத்த தாமரையில் அமைந்திருக்கிறது.

வானத்தின் அழகு நட்சத்திரங்களால் தான் அமைந்திருக்கிறது. அதுபோல மனிதனின் அழகு அவனது குணத்தில் தான் உள்ளது. அன்றாட வாழ்க்கையில் ஆன்மீகம் என்றபோது எல்லா சூழ்நிலையிலும் கடவுளின் ஆதிக்கத்தில் உட்பட்டு ஆனந்தத்தில் தெளிந்து அமைதியுடன் இருந்து தன்னை தானே செயல்படுத்தி கொண்டு பயனுள்ள முயற்சியில் தீர்வு காணும் வழிபாடு ஆகும். இதை நாம் ஏன் கடைபிடிக்க வேண்டும்? கடவுளின் ஆதிக்கத்தால் தான் இந்த உலகம் இயங்குகிறது. கடவுளைப் பற்றி முழுமை இல்லாவிட்டால் வெற்றி, தோல்விக்கு இடையே வாழ்க்கை வெறுமை என்ற உணர்வு தோன்றும். இதனை எவ்வாறு நடைமுறைபடுத்துதல் என்ற கேள்வியில் அன்றாட கடமைகள் என்கின்ற நிலையில் காலையில் பிரம்ம முகூர்த்தத்தில் **3 to 6** காயத்ரி மந்திரத்தை ஜெபிக்கலாம். ஏனெனில் பிரம்ம முகூர்த்த வேளையில் அண்ட சராசர முனிவர்களும், தேவர்களும் தங்களது சுவாசப் பயிற்சியை எடுத்துக் கொள்ளும் காலமாகும். இவர்களின் சுவாச பயிற்சி காலத்தில் நம் மந்திரங்களை ஜெபித்து நாம் விழிப்புடன் இருக்கும் போது

அண்டத்திலுள்ள அனைத்து ஆன்மீக உணர்வுகளும் பிண்டமாகிய நமது உடலை சார்ந்தது இதனால் மனம் சுத்தப்படுத்தி உடல் ஆரோக்கியம் நல்க வழிவகுக்கிறது. இதுபோல் உண்பதற்கு முன் பிரார்த்தனை செய்ய வேண்டும். இதனால் இப்பிரார்த்தனையால் உடலும், அவ்வுடலை சார்ந்த ஆன்மாவும், சித்த சுத்தியை அடைகிறது. ஒருவனது உணவை பொறுத்து அவனது குணம் அமையும் என்பார் சித்தர்கள். எனவே நாம் சாத்வீக உணவையே உண்ண வேண்டும். இதனால் நம் உணர்ச்சிகள் புனிதமடைகிறது.

பிராத்தனையும் தியானமும்:

பிரம்ம முகூர்த்தத்தில் ஜோதி தியானம் மிகவும் சிறப்பானது என்று சித்தர்கள் கூறியிருக்கிறார்கள். ஏனெனில் உலகத்தில் முதன் முதலில் தோன்றியது நாதம், அதன்பின் தோன்றியது விந்து, போன்ற ஒன்பது திருநாமங்கள் ஆகும். இதையே தான் சிவதத்துவம் என்று கூறப்பட்டது. அந்த சிவனையே நாம் ஒளியாக காண்கின்றோம். அந்த ஒளியை நாம் நேரே நெற்றிக்கு கொண்டு வந்து உடன் இதயத்திற்கு கொண்டு வர வேண்டும். பின் பஞ்ச இந்திரியங்களுக்கு கொண்டு வர வேண்டும். பின் உடல் எங்கும் பரவ செய்வதை உணரச் செய்து ஜோதி மயமாக இருக்கிறோம் என்ற உணர்வை நாம் வளர்க்க வேண்டும். ஆக ஜோதி நம்முள் இருக்கிறது. ஜோதியும் நாமும் ஒன்று என்று பழகுதல் வேண்டும். தியானம் முடித்து நம் அனுபவத்தை அனுபவித்து பார்க்க வேண்டும். பிரயாணம் செய்யும் காலங்களில் கூட நம் மனதை அடக்கி நல்ல பாடல்களை பாடிக்கொண்டே பிரயாணங்களை மேற்கொள்ளலாம். இவ்வாறு செய்வதால் கடவுள் நினைவு நம்மை விட்டு நீங்காது. பயம் குறைந்து புத்தி தெளிவடையும். பக்தி அதிகரித்து முக்தி உண்டாகும். ஞானம் வெளிப்படும். இதனால் சேவை அதிகரிக்கும் சேவையினால் அன்பு பெருகும். அன்பு பெருகினால் நாம் சிவமயமாக உருவாக்கப்படுகிறோம். இதனால் ஜீவன் சிவனை அடைகின்ற காலத்தில் ஜீவன் சிவனாக இருக்கும். அன்பு பெருகினால் மனவலிமை ஒருமைப்பாடு உண்டாகிறது. இம்மன ஒருமைப்பாடு வாழ்க்கையில் முக்கிய குறிக்கோளாகும்.

ஆன்மீக தத்துவத்தை உணரும் வழி

நான் என்ற அகங்காரத்தை அகற்ற வேண்டும். தெய்வ அனுக்கிரகம் ஒன்று தான் நாம் உயிர் வாழ காரணமாக உள்ளது. அவ்வுயிர் சக்தி எங்கே உள்ளது என்ற கேள்வி முப்பத்தி மூன்று வம்சிகளில் ஒன்பதிலிருந்து பன்னிரண்டு வளையங்களின் நடுவில் சூட்சும நாடி உள்ளது என்று வேதம் கூறுகிறது. இந்த இடத்தில் மின்னல் போல ஒளி வீசுகிறது. இந்த நாடி தான் உயிர் சக்தியை அளிக்கிறது ஆத்ம தத்துவம் அல்லது உயிர் சக்தியின் தத்துவம் மனிதனுடைய செயலுக்கு காரணம் . கரணம், கர்த்தா (கரணம்-கருவி,காரணம்-உயிர், கர்த்தா-இறைவன்) இம்மூன்றும் ஒன்று சேர வேண்டும். இதுவே ஆன்மீகத்தின் அடிப்படை தத்துவம் ஆகும். இவ்வான்மீகத்தின் அடிப்படைத் தத்துவமே உடல் நல கல்வித்திட்டமாகும். இவ்வுடல் நல கல்வியினால் நம்மை சுற்றியிருக்கும் இருப்பிடத்தையும் சுற்றுப்புறத்தையும் சுகாதார முறையில் எப்படி வைத்துக் கொள்ளலாமோ, அவ்வாறு வைத்துக் கொள்ளலாம். அவ்வாறு வைத்துக் கொள்ளும் காலத்தில் நம் உள் மனம் எவ்வாறு அமைகின்றதோ அவ்வாறு அமையும் போது நமக்கு கிடைக்கும் ஆன்ம சித்த சுத்தி என்ன என்பதை நாம் உணர முடியும். மேலும் இந்த கல்வி மனித சமுதாயத்தில் பல பிணிகளால் பாதிக்கப்பட்டு துன்பப்படுவதை தடுக்கும் தற்காப்பு முறைகளாக அமைகிறது. எனவே இதனை மனித சமுதாயத்திற்கு அமையும் ஒரு வரப்பிரசாதம் ஆகும் என கருதலாம். எல்லோரும் இன்புற்று இருக்க வேண்டும். இன்னல்களில் இருந்து விடுபட வேண்டும். ஆக இந்த கல்வி திட்டத்தினால் என்ன பயன் என்று நோக்குகின்ற காலத்தில் இந்த உலகத்தில் ஏழைகளும் இருக்கிறார்கள். பணக்காரர்களும் இருக்கிறார்கள். ஆனால் ஏழைக்கொரு வியாதி என்றும் பணக்காரர்களுக்கு ஒரு வியாதி என்றும் வருவதில்லை.

வியாதி அவரவர்களின் தரம், தகுதி இதனை பொருத்து தான் வருகின்றது. இதிலுள்ள வித்தியாசம் என்னவென்றால் பணக்காரர்களுக்கு ஏற்படும் வியாதியை தன்னிடம் உள்ள பணத்தை கொண்டு சரி செய்து விடலாம். ஆனால் கிராமங்களில் வாழும் மக்களின் நிலை அவல நிலைதான். இந்த நிலையை மாற்றுவது தான் இந்த உடல் நல கல்வித் திட்டமாகும். மனித சமுதாயம் நல்வாழ்வு ஆராய்ச்சி ஆய்வாளர் Dr. ஆண்டியா அவர்களின் புள்ளி விவரப்படி பாரத தேச மக்கள் தேவையான மருந்துகள் இல்லாமல் தவிக்கின்றனர். முக்கியமாக சுவாச பை நோய்கள், கண் நோய், இதய நோய், நரம்புத் தளர்ச்சி, இரத்தழுத்தம் போன்ற நோயை சரியான முறையில் தடுக்கலாம். எனவே மருத்துவர்களால் உடல் நலத்தை கொடுக்க முடியாது. ஆனால் அதிக பட்சமாக நோயின் தன்மையை குறைத்துக் கொள்ள வாய்ப்பு உள்ளது. ஆகவே மனித சமுதாயம் வியாதி வராமல் தடுத்துக் கொள்ளும் வழிமுறையையும் உடல் ஆரோக்கியத்தையும், கற்றுக் கொள்ள வேண்டும். இவ்வுடல் நலத்திட்டத்தின் விவரம் என்னவென்றால் பல மக்கள் கூடும் இடத்தில் சுற்றுப்புற சுகாதரம் என்ன என்பதை கூற வேண்டும். ஐம்பொறிகளை எப்படி பாதுகாப்பது, வீட்டில் ஏற்பட்ட விபத்தை எப்படி தடுப்பது, சத்துள்ள உணவு பொருள்களை அருந்துவது பற்றியும், யோகாசனம் பற்றியும் ஆன்மீகத்தில் கூறுவதே ஆகும்.

ஆதாரம்.

ஸ்ரீ சத்திய சாயி பாபாவின் அனுதின சாரதி விளக்க உரை.

நிழல் தேடி அலைகிறது. ....

* என்
கவிதை
நிழல் தேடி ... அலைகிறது
என் போலவே

* நெஞ்சில்
கவிதை முளைக்கையில் தான் ....
உணர்வுகள் பஞ்சில் நெருப்பென
பற்றிக் கொள்கின்றன.

* பனிநீரை வாங்கிய பின்
மெல்லென நிமிரும்
புல்லென உணர்வுகள்
தலை தூக்க ஆரம்பிக்கிறது. .....

* எனைத் தாங்கிடும்
விருட்சகத்தின் விழுதுகள்
கவிதைகள் தான் ......

* நியூட்ரான் போர்களுக்கிடையே
நிஜமானதொரு வெண்புறா....
என் கவிதை.

* கவிதை
என் கன்னத்தில்
அறைகிறது. .....

* உணர்வுகளுக்கு வடிகால்
இரவுகளில் நட்சத்திரம் ...
விடியல்களில் வெள்ளி ... அதனால்
எனக்கு நீ
கடன் பட்டிருக்கிறாய் ...

* நான்
உனக்கு என்ன செய்துவிட்டேன்

* உனக்குள்
சோம்பல் முறித்து
சுகித்திருந்தேன்.....

* உன்
இதயத்தின் அறிக்கில்
ஒன்றில் உறங்கினேன்
வென்ட்ரிக்கிளில் நடனமாடினேன்
நீ என்னை மதித்தாய்
கலை என்று துதித்தாய் .....

* இன்று கவிதை
என்னைக் கேள்வி
கேட்கிறது....

* எத்தனை நாட்கள்
காத்திருந்தாய்? நண்பா
என்னை அவமானப்படுத்த ....

* நான்
சொல்லொனா
சோகத்தின் வெளிப்பாடாக

* அனுபவங்களின்
சொட்டாக .....

* வேதனைகளின் பெருமூச்சாக
ஆத்மார்த்தமாக ...
ஆழ்கடலிலிருந்து
வெளிப்படுபவன்

* நீ
கூட... என்னை
அப்படித்தான் வெளிப்படுத்தினாய்

* இரவுகளில் ... விழித்திருந்து
எழுதினால் கூட
இருட்டுக்குத்தானே போகிறது

* உன் இதயத்தை விட்டு
இன்று .... நாள் ....
குப்பைக் கூடையில் அல்லவா வாழ்கிறேன்.

* மதியாத ... தலைவாசல்களுக்கு
என்னை ... மீண்டும் ... மீண்டும்
அனுப்பப் பார்க்கின்றாயே

* கதைகளை
நம்புவோரின்கையில்
கவிதை அனுப்புகிறாயே

* உணர்வில்லா
பிண்டங்களுக்கு ... ஏன் நீ!
கவிதைத் தீனி போடுகிறாய்

* அவர்கள் ... படிக்கையில்
அவஸ்தையாய் ...
நானே நெளிகிறேன்

* நான் ... அமர ....
ஏற்ற இடம் அது வல்லவே ...
உனக்கெங்கு புரிகிறது

* பாறை நிலத்தில்
பயிரிட எண்ணுகிறாய்?

* நதியைத் திருப்பி விட்டு ...
மலையேற்றி விட எண்ணுகிறாய்...

* மோரின் போது
சமாதானம் பேசுகிறாய் ...

* பூக்களைப் .... பறித்து ...
நெருப்புத் துண்டங்களுக்கு
சூடி விடுவதேன்?

* என் கவிதை
நிழல் தேடுகிறது
என் போலவே ...

அ. பாலமுருகன்
II B.S.M.S

கொடுமை தாங்க முடியவில்லை
நாங்களும் உன் கவிதை போல் நிழல் தேடுகிறோம்
மலர்க் குழு

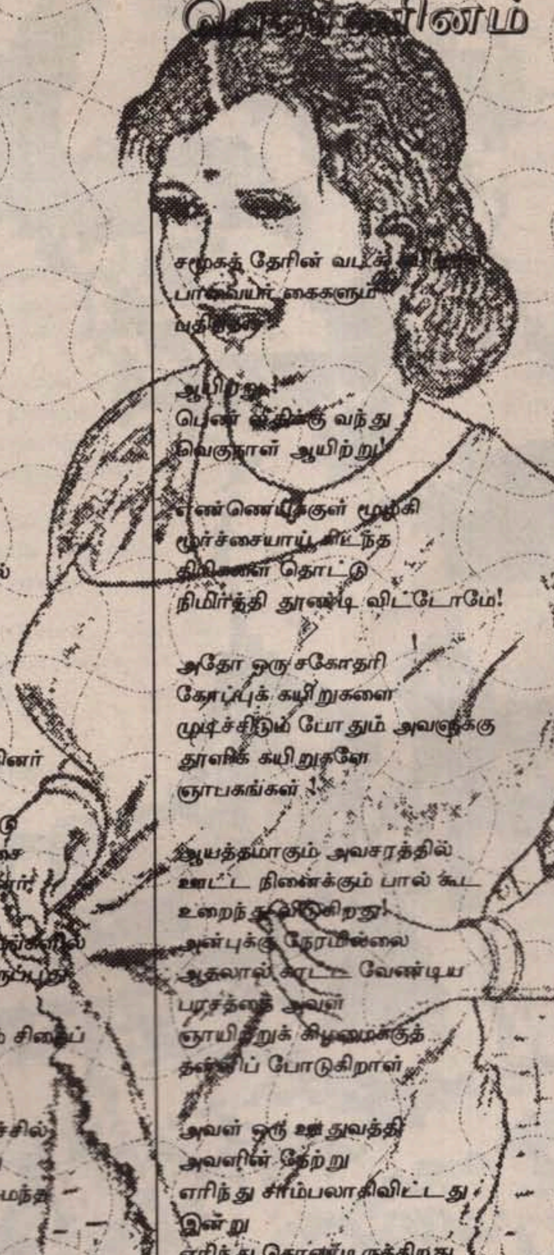


சோமாலியாவின் சோகம்

இம்மொட்டு பருகுவது பாலை அல்ல
இதயத்தில் பொங்கி வரும் பாசத்தை
ஏனெனில்-
வறுமைப் பாம்புதான் பாலைக் குடித்து
விட்டதே!

S. டேவிட் G.D. தாசன்
IV B.S.M.S

பெண்ணினம்



பெண்ணினம் !
எதற்கெடுத்தாலும்
நாணப்பட்ட இனம் !
தங்களுக்காக மட்டும்
நாண மறந்த இனம் !

முகத்தில் மஞ்சளும்
மூளையில் கரியும்
அப்பிக் கொள்வதில்
ஆனந்தம் கண்டது
அந்த இனம்

ஆண்களின் நன்னூலில்
பெண்கள் என்போர்
அஃறிணை வரிசையில்
அமர்த்தப்பட்டனர்

சிலரோ அவர்களின்
கண்ணீரில் கள்ளிறக்கினர்
தாலியில்
முடிச்சை போட்டுவிட்டு
முந்தானையின் முடிச்சை
அவிழ்த்துக் கொண்டனர்

பெண்கள் இடும் கோலங்களில்
புள்ளிகள் சிறைபட்டிருப்பது
போலவே
அந்த புள்ளிமான்களும் சிறைப்
பட்டிருந்தன

விஞ்ஞான புயலின் வீச்சில்
சரித்திர மேடு சரிந்தது
துருக்களை மட்டுமே சுமந்த
அடுக்களை பூக்கள்
மகரந்தம் தயாரிக்கும்
மந்திரம் கற்றன.

இறகுகள் கரையுமளவுக்கு
நனைந்த அந்த ஈரப்பறவைகள்
வெயிலில் காய்வதற்காக
வீதிக்கு வந்தன.

அவர்களுக்கு
இட்டு வைத்திருந்த
இரும்புத் திரைகள் போல்
கீற்றுகளைப் போல்
கிழியலாயின

சமூகத் தேரின் வடம் பிடிக்க
பாவையர் கைகளும்
மதித்தது

ஆயிரமும் !
பெண் வீதிக்கு வந்து
வெகுநாள் ஆயிற்று!

எண்ணெய்க்குள் மூழ்கி
மூர்ச்சையாய் கிடந்த
திரிகளை தொட்டு
நிமிர்த்தி தூண்டி விட்டோமே!

அதோ ஒரு சகோதரி
கோட்டுக் கயிறுகளை
முடிச்சிடும் போதும் அவளுக்கு
தூளிக் கயிறுகளே
ஞாபகங்கள் !

ஆயத்தமாகும் அவசரத்தில்
ஊட்ட நினைக்கும் பால் கூட
உறைந்து விடுகிறது!
அன்புக்கு நேரமில்லை
ஆதலால் காட்ட வேண்டிய
பரசத்தை அவள்
ஞாயிற்றுக் கிழமைக்குத்
தள்ளிப் போடுகிறாள்

அவள் ஒரு ஊதுவத்தி
அவளின் நேற்று
எரிந்து சாம்பலாகிவிட்டது
இன்று
எரிந்து கொண்டிருக்கிறது
நாளை
கறுப்பாக இருக்கிறது

பேருந்து என்னும்
பெரிய போர்க்களத்தில்
நிராயுதபாணியாய் அவர்கள்
நிற்கிறார்கள் அந்த
நெரிசலுக்குள் அகப்பட்டால்
நீலா கூட
நசுங்கி நசுங்கி...
நட்சத்திரமாகி விடும் !

அவள் ஒரு தனி உலகம்!
ஒருவர் காலில் ஒருவர் நின்று
ஒருவர் மூச்சை ஒருவர் இழுத்து
கவனமாக எநஞ்சுக்கு
கைக்கவசம் இட்டு

பிறகு ஜனத்
திரளிலிருந்து பிதுங்கி .....
வெளியே வந்து விழுந்து .....
வேர்வையைத் துவட்டி .....

கைக்குட்டையை பிழிந்து
காயவைத்துக் கொண்டு ...
அலுவலக வாசலை
அவர்கள் அடையும்போது
உலகமே திறந்த வெளிச் சிறையாக
அவர்களுக்கு தெரிகிறது.

பூனைகளிடம் தான்
கிளிக் கூண்டுகளைத் திறந்து விட
கேட்டு கேட்டோமா !

சீர்திருத்தம் என்பது
அவர்களின் ஆணியை
பிடுங்குவதன்று
பழைய அஸ்திவாரங்களின்
ஆணி வேரையே அறுப்பது

அப்போது தான் பெண்மைக்கு
நிரந்தர மரியாதை
நிர்ணயமாகும்

ஈசல்களுக்கு சாமம்பூசி
வண்ணத்துப்பூச்சியாய்
வார்த்து விட முடியாது.

அதற்கு பெண்களின்
உதடுகள் அல்ல
நமது கைகளும் கால்களும்
சிவக்க வேண்டும்.

பெண்ணினம்!
எதற்கெடுத்தாலும்
நாணப் பட்ட இனம்
தங்களுக்காக மட்டும்
நாண மறந்த குலம்!

தியானம்
(MEDITATION)

டாக்டர் க. ஜகந்நாதன் பிஎஸ்எம்எஸ்,
எம்டி இறுதியாண்டு, மருத்துவம் (பொது துறை),
அரசினர் சித்த மருத்துவக் கல்லூரி, பாளையங்கோட்டை

இன்றைய இயந்திர மயமான உலகில் நாமும் இயந்திரத்தனமாக வாழ்ந்து வருகின்றோம். எதிலும் பற்றற்று, எதிலுமே பிடிப்பில்லாமல், நாம் யார்? நாம் எதற்காக பிறந்தோம்? எதற்காக வாழ்கின்றோம்? இன்பமயமானது என்ன? அதை அடைவது எங்ஙனம்? இவ்வாறான அடுக்கடுக்கான கேள்விகளை மூளையில் அடுக்கி வைத்து தன்னைத்தானே கேட்டுத் தெளியக் கூட அவனுக்கு நேரமில்லை. துன்பங்களில் திளைத்தவாறே துயரடைகிறான். நிம்மதியில்லை. இன்றையவர்கள் கூறுவதுபோல் **TENSION, TENSION, TENSION.** எப்போதும், எப்போதும், அவன் தனது அறிவை பயன்படுத்தி வாழ்வது போய் சுற்றுப்புற சூழ்நிலைகள் அவனை தன் காலடியில் வைத்து மிதித்து நசுக்கி கட்டுப்படுத்தி வருகிறது. சரி ஆசிரியர் அவர்களே! சும்மா பிதற்றிக் கொண்டே போகிறீர்களே! என்னதான் வழி? என்கிறீர்களா. வழி உண்டு. புகழ் பெற்ற யோகியான ஸ்ரீ ஆனந்தா என்ன கூறுகிறார் என்பதையும் நோக்குவோம்.

தியானம் என்பதுதான் என்ன?

அலை பாய்கின்ற மனதை, நம்மை விட்டு வெளியே உள்ள ஒரு பொருளையோ அல்லது நம்முள் இருக்கும் ஏதேனும் ஒன்றையோ ஆதாரமாக வைத்து மனதை எதிலும் சிதறவிடாமல் அதைப் பற்றி மட்டுமே நினைக்குமாறு எண்ண அலைகளை அதன் மீது இடைவிடாது செலுத்துதல் என்பதே அதன் விளக்கம்.

எதைப் பற்றி நினைப்பது?

2 வழிகள் உண்டு. ஒன்று, நாம் முக்கியமானதாக பரிசுத்தமானதாக எதை நினைக்கிறோமோ அதை (i.e personal value) இரண்டாவது, எல்லோருமே பொதுவாக மதிப்போடு போற்றக் கூடிய பொருள் (Universal Symbol) இதனைப் பற்றி மனதில் நிறுத்தி எண்ணிக் கொண்டே இருக்கலாம்.

உதாரணமாக இந்துக்கள் என்றால் தனக்குப் பிடித்தமான சிவன், விஷ்ணு, பிரம்மா, காளி, முருகன் ஏதேனுமோர் கடவுளை மனதில் நிறுத்தி தியானம் செய்யலாம். அல்லது இந்துமதத்திற்கே பொதுவான "ஓம் என்ற குறியீட்டை மனதில் கொள்ளலாம். கிறிஸ்தவர்கள் சிலுவையை, முஸ்லீம்கள் பிறை நிலாவை, புத்தமதத்தவர்கள் புத்தர் சிலையை, தாமரையை அல்லது சக்கரத்தை (MANDALA) நினைக்கலாம். பொதுவாகச் சொல்லப் போனால் அவரவார் விருப்பத்திற் கேற்ப உயர்ந்த சிந்தனைகளையோ (Elevated Thought) அல்லது தெய்வீகமான குறியீடு (Spiritual Symbol) இவற்றினை மனதில் நிறுத்தி தியானம் செய்யலாம். இறைவனை நினைந்து நினைந்து வாழ்வதில் இன்பம்; அதில் தனிசுகம் என்பதால் தியானத்தின் போது கடவுளையே நினைத்து உருகுவதல்லவா சிறப்பு.

நாள்தோறும் தியானம் செய்வதால் என்ன பயன்?

தூக்கத்திற்கும் தியானத்திற்கும் ஓர் தொடர்புண்டு. இரண்டிலுமே நம்மை எல்லா வழிகளிலும் கட்டுப்படுத்தி ஆரோக்கியமாக வைத்திருக்கும். "ஹைபோதலாமஸ்" (HYPOTHALAMUS) ஊக்குவிக்கப்படுகிறது. ஆனால் தூக்கம் என்பது உறக்க நிலை. விழிப்பு நிலையில் (Conscious) செய்யப்படுவதே தியானம் என்பது தனிப்பெரும் சிறப்பு.

! இதனால் நமது உணர்ச்சி மாறுபாடு (EMOTION) கட்டுப்படுத்தப்படுகிறது.

! ஏதோ ஓர் இறுக்கமான சூழ்நிலையில் உழல்கிறோம் என மனம் சோர்ந்து சொல்வார்களே (PSYCHOLOGICAL TENSION) அது நம்மை விட்டு அகலுகின்றது.

அறிவு தெளிகின்றது. கூர்மையாகின்றது (PURIFIES THE MIND)

நம்முள் உள்ள ஒளியை பிரகாசிக்கச் செய்வதால் நாம் நம்மை உணரமுடிகிறது (AWAKENING OF SELF AWARENESS).

விழிப்போடு இருக்கச் செய்கிறது. நாம் நம்மை அறிவதுதானே வாழ்வின் உயர்ந்த லட்சியம். அதனால் பலன்கள் பல விளையுமென்பது மறுக்க முடியாத உண்மை.

தியானம் செய்வதெப்படி?

(1) முதலில் நீண்ட நேரம் அசையாமல் அமர்ந்து தியானம் செய்யக்கூடிய வசதியான இருக்கை நிலையினை தேர்ந்தெடுக்க வேண்டும். முடியாமல் நெளிவதோ, சௌகரியமற்ற இருக்கை நிலையோ எண்ணங்களை சிதரவைப்பதால் தியானத்தை பாதிக்கும். "பத்மாசனம்" என்ற இருக்கை நிலை மிகச் சிறந்தது

(2) முதுகுத்தண்டு, தலை முதலிள ஒரே நேர்கோட்டில் வர நிமிர்ந்து உட்கார்ந்து (பத்மாசனத்தில்) செய்ய வேண்டும். இல்லையெனில் வயிற்றுறுப்புகள் அழுத்தப்பட்டு மலச்சிக்கல் (Constipation) உண்டாகி தொடர்ந்து பல உபாதைகளை ஏற்படுத்தும். மேலும் இங்ஙனம் அமருவதால் தண்டுவடத்தின் இறுதிப் பகுதியிலுள்ள COCCYX & SACRUM பகுதி தேவையான ரத்தத்தைப் பெற்று ஊக்கமுடன் அதன் நரம்புகள் தொண்டாற்ற முடிகின்றன.

(3) தியானத்தின் போது தசைகளில் சக்தி செலவழிப்பது குறைகிறது. மேலும் நுரையீரல், இருதயம் இவைகட்கு வேலை குறைந்து ஓய்வு கொடுக்கப்படுகிறது. ஆகவே இதய நோயாளிகட்கு மிக உகந்ததாகிறது. ஓய்வினால் கார்பாணிக் அமிலம் உற்பத்தியாவது குறைகிறது. இதனால் உடலின் இயங்குநிலைகளால் மனம் சஞ்சலப்படுத்துவது தவிர்க்கப்பட்டு தியானத்தின் நிறைவைப் பெற வழி வகுக்கிறது.

(4) தியானத்தை எந்த வயதினரும் செய்யலாம். நோயாளிகளாக இருந்தாலும் சரி, ஆரோக்கியமாணவர்களும் சரி எந்த தரப்பினரும் செய்யலாம். கர்ப்பிணிப் பெண்களும் செய்யலாம். இவர்கள் பத்மாசனம் போடுவது கடினம் என்பதால் நாற்காலியில் நிமிர்ந்து உட்கார்ந்தவாறே செய்யலாம்.

(5) காலையிலும், மாலையிலும், தியானம் செய்ய வேண்டும்

(6) சத்துவ உணவுப் பொருட்களை (கொழுப்பு, மாமிச வர்க்கங்கள் ஆகாது) உண்ணவேண்டும்.

தியானத்தை நாள்தோறும் செய்து மனதை அமைதிபடுத்தி நோயினின்றி விடுதலை பெறுங்கள்.

UNSPOKEN WORDS

The time passed away
The book in the eye
Those unspoken words
Never came forth ...
The words that mean
A lot me ...
The words that will
Bring happiness for me....
The words I can never.
Make you understand.
I keep looking deep into your eyes
Passing the message
Of the Sweet loving words
That I want to say....

Pratheep
IInd B.S.M.S.

JUST WITH B.P.

Factors causing variations in B.P.

AGE

Blood pressure is lower in children than in adult. Pressure gradually increases until 45 - 50 years, after that is accelerates sharply.

SEX

There is no difference in B.P. values between boys and girls until puberty. After than females usually have a lower B.P. than makes of the same age until menopause when their pressure readings increase over men.

Body build

B.P. is higher in persons with over weight than in persons of the same age with normal weight education usually decreases the blood pressure.

Race:

Certain races (eg: negroes) with have higher B.P. readings than other races.

Climate:

Pressure is not normal in all climates lower in tropical climates than temprature and highest in polar climates.

Time of the day:

In all persons B.P. is lowest in early morning and then rised to a peak in eveining then it declines

Exercise:

Muscular exertion with raise the B.P.

Emotion:

Fear, Worry, excitement and other emotional factors will raise the B.P. greater level B.P. more likely to be raised in persons who live in stressful urban environments or who have jobs with constant mental tension than in persons leading relaxed, tranquil lives.

Posture:

It is often stated that B.P. in lower than lying down than when sitting or standing. When B.P. is decreased suddenly on standing posture it is called orthostatic hypotension

Diseased Conditions:

Disease affecting the circulatory system and kidneys may increase the B.P. Disease that weaken the heart action may lower the B.P.

Drugs:

Some of allopathy drugs like amyl nitrate, nitroglycerine cause a decrease in B.P.

Heamorrhage:

It causes a low B.P. by decreasing the volume of blood in the blood vessels.

Increased Intra Cranial Pressure:

Pressure in the cranium usually produce a rise in B.P (e.g. Head injury and intra Cranial Tumours)

Burns

Severe dehydration - all resulting in an actual loss of circulatory fluid.

P. Sharavanan
IV B.S.M.S.,

படி

* படி
படி
படிப்பே வாழ்க்கையின்
முதற்படி!
படிக்காவிட்டால்
எப்படி?

* படி
படி
காதலைப் படி
காதலே வாழ்க்கையின்
இரண்டாம்படி!
காதலைக் கைவிட்டால்
கல்யாணம்
எப்படி?

* படி
படி
உலகைப் படி
உலகே வாழ்வின்
ஆதாரப்படி!
உலகை விட்டால்
வாழ்வது
எப்படி?

M. சத்தியமூர்த்தி,
V B.S.M.S (Palani Batch)

படிப் படியாய்
படிப்பினைகளா?
- மலர்க்குழு

SEEK LEARN SERVE

***S**elected, we are for a divine task,*

***E**ver ready to help, when you ask.*

***E**ager, we are to cure your disease,*

***K**nowing how to make you feel ease.*

***L**earning, we are under eminent teachers,*

***E**nough knowledge we have to preachers.*

***A**ctive, we are in conducting research,*

***R**eady to face the competitive world as such,*

***N**otable contributions, we have given much.*

***S**erving, God, by serving mankind*

***E**thics, we are keeping in our mind,*

***R**evising Siddhar's Works to bind,*

***V**arying modern ideas to which we bend,*

***E**xpecting the co-operation which you lend.*

by
Thomas M.Walter.

SIDDHA "MY WIFE"

O Siddha You're my life
And my "Wedded Wife"
Wish we had no strike,
Your'e my heaven,
Studying with students even;
You give me happiness,
Inspite of your naughtiness;
Your'e known for curing and destroying.

Sometimes we fought,
Yet Your'e my every day thought,
And helping others with kind heart,
Darling! Yours is a noble heart.
What would be my rival fate?
When you make me all time great;
Even examinations are near,
We have no fear,
Even if we part,
Dear! I will forget you Not.

K.C. Anand
I B.S.M.S.

ஜோக்

வாசகர் T.V. ஒளிபரப்பாளருக்கு

வாசகர்:

நீங்கள் போன வாரம் திங்கள் இரவு 7.30 மணிக்கு ஒளிபரப்பாக்கிய நிகழ்ச்சியில் ஒரு எட்டுகால் பூச்சி ஒன்று காட்டினீர்கள். ஆனால் அதற்கு 7 கால்கள் மட்டுமே இருந்தன.

T.V. ஒளிபரப்பாளர்

வாசகர் கவனத்திற்கு அந்த நிகழ்ச்சியானது ஊனமுற்றோர் நிகழ்ச்சியாகும்.

- *Selva Sujatha*, IV.B.S.M.S.

சுவாசம் மட்டுமா வாழ்க்கை?

இந்தியச் சகோதரனே
தூக்கத்தைத்
தூர எறிந்து விட்டு
வாசலைக் கடந்து
வா வெளியே!
வாழ்க்கை காத்திருக்கிறது.

மையஇறை விளைச்சலும்
சுவாசத்தின் வெக்கையுமா
வாழ்க்கை?

வெள்ளத்திற்குக் கூட
அணையைத் தாண்டும்
வீரம் இருக்கும் போது
உன் உள்ளம் எதற்காக
ஊனப்பட வேண்டும்

- கரு. கார்த்திகேயன் I B.S.M.S.

சித்த மருத்துவத்தின் தனித்துவம்

பொ.பாஸ்கர்
நான்காம் ஆண்டு இசிம அ

"கல் தோன்றி மண் தோன்றா காலத்தே முன் தோன்றி மூத்த குடி தமிழ் குடி"

என்பதற்கிணங்க தமிழ் மருத்துவமாகிய சித்த மருத்துவம் மிகவும் பழமையானது. தமிழ் நாட்டில் வாழ்ந்த பண்டைய சித்தர்கள் நம் தாய் மொழியாம் தமிழ் மொழியில் இம் மருத்துவத்தை நமக்கு அளித்தார்கள். சித்தர்கள் ஞான அறிவால் சித்த மருத்துவம் பற்றி துல்லியமாக கூறியுள்ளார்கள். அப்படிப்பட்ட சித்த மருத்துவத்தில் உள்ள ஒப்பற்ற உண்மைகளில் ஒரு சிலவற்றைக் காணலாம்.

காயசித்தி (Rejuvenation)

நரை மரண மூப்பறியா நல்லுடம்பினரே நற்குலத்தார் என அறியீர்"

- இராமலிங்க அடிகளார்.

என்பதன் மூலம் 'காயசித்தி' என்பது நீண்ட நாள் நிலைத்திருத்தல் என்பதை அறியலாம். உடல் அழிந்து போனால் உயிர் தனித்து நின்று இறையை அடைய இயலாது. உடல் நன்னிலையில் இருக்க காயகற்பம் எனப்படும். தாது, தாவர, ஜீவ பொருள்களால் செய்யப்பட்ட கற்ப மருந்துகளையும், யோகம், ஞானம் முதலிய முறைகளையும் மேற்கொள்ள வேண்டும்.

"கற்பத்தையுண்டால் காயமழியாது
கற்பத்தினால் காணலாம் கயிலையை
கற்பத்தினால் காணலாம் சோதியை
கற்பத்தினாலே காலையுங் கட்டிடே.

என்பதால் அறியலாம்.

கற்ப மருந்து பற்றி அகத்தீசர் - 100 நந்தீசர் - 100, போகர் 44, சட்டை முனி -21. கொங்கணவர் - 10, திருமூலர் - 66, கோரக்கர் - 90, இராம தேவர் - 71. உரோமரிஷி-500, மச்சமுனி-200, போகர்-7000, போகர் கற்பம் இவற்றின் வாயிலாக அறியலாம்.

இரசவாதம்: (Alchemy)

இரசவாதம் என்பது பொருள்களின் சாரங்களை (ரசம்) வாதிக்கும் நூல் என்பதாம். பொருட்களின் சாரங்களை ஒன்றை மற்றொன்றோடு கலந்து ஒன்றை மற்றொன்றாக மாறுபடுத்தியும், தாழ்ந்ததை உயர்ந்ததாகவும், சிற் சில குணங்கள் உள்ளவற்றை பற்பல குணங்கள் உள்ளனவாகவும், பொருட்களில் இன்னின்னவை கலப்புள்ளவைகள் என்றும், தனியானவை என்றும், கலப்புள்ளவைகளை பிரிக்கும் வகைகளையும் இன்ன பல அரிய கருத்துக்களை போதிக்கும் நூல். அவை இரண்டு வகைப்படும்.

1. இயற்கை இரசவாதம்
2. வைத்திய இரசவாதம்

இரசவாதம் வைத்தியத் தொழிலுக்கு, மிகவும் முக்கியமானது என்பதை 'வாதி ' மகன் வைத்தியனாவான் என்பதால் அறியலாம். வைத்திய இரசவாதத்தின் வாயிலாகச் செய்யப்படும் மருந்துகளால் புற்றுநோய், நீரழிவு, குடற்புண், சய நோய் ஆகிய நோய்கள் தீரும்.

யோகம்:(YOGA PRACTICE)

யோகம் என்பது ஐம்பொறி புலன்களால் மனத்தை ஒருமுகப்படுத்துவது. இது இயமம், நியமம், ஆதனம், பிராணாயாமம், பிரத்தியாகாரம், தாரணை, தியானம், சமாதி, என எட்டு வகைப்படும். இதனை "அட்டாங்கயோகம்" என்பர். இதன் மூலம் குண்டலி சக்தியை எழுப்பி மதியமுது உண்ணலாம். யோகம் மூலம் காயசித்தியும், சுவாசகாசம், நீரழிவு, இரத்த அழுத்த நோய். இவை போன்ற பல அரிய நோய்களை நீக்கலாம்.

ஞானம்:(Philosophy)

அறிவானது நான் என்று அகங்காரித்து எழாதபடி அடங்கி தற்பரத்தில் பொருந்தி நிற்பது. ஞானத்தை அடைய முதலில் உடம்பை பல கற்ப மருந்துகளால் சித்தி

செய்து கொள்வது அவசியம். ஸ்தூல, சூக்குமமம், காரண சரீரங்கள் தானல்ல என்றும் அறிவே தனது சொரூபம் என்று தெளிந்து சம நிலை பெற்று இன்ப துன்பங்களற்று, செய்கையற்று இருத்தல்.

"ஞானியென்றால் ஜடத்தைப் பேணான், சிவசிவா சீவ
நிலை பறிய மாட்டான்
(கடைப்பிள்ளை கலைக்கியானம் - 120)
"ஞானியார் என்றால் நான் என்ற தன்மையும்,
ஊனீநீர், பாய்ந்து ஓடிய தாரையும்
வானுவில் செற்சிதம் வடிவான போதமும், பேணி
அறிபவர் பேர் கொண்ட நாதரே"
மச்சமுனி - 800

கவுன குளிகை: (Animated Mercurial Pills)

இது "சூதமணி" "ரசமணி" என்று பல பெயர்களால் அழைக்கப்படும் சாதாரணமாக ரசத்தை மணியாக க்கட்ட முடியாது. துருசு சுண்ணத்தை சாறு வராத விராலி இலையில் விட நீர் கசியும். அந்நீரை கரண்டியில் இட்டு அதில் ரசத்தை விட்டு காய வைக்க ரசம் கட்டி மணிபோல் ஆகும்.(பல முறைகள் உள்ளன) இதற்கு "கவுன குளிகை" என்று பெயர். இரசத்தை கட்டினால் பல காரியங்கள் கைகூடும்.

"பாரு நீ சூதஞ் செத்தால் பராபரை முன்னே நிற்பாள்
பாரு நீ சூதஞ் செத்தால் பளிச் சென்று பொன்னுமாகும்
பாரு நீ சூதஞ் செத்தால் பரவிய உடம்பு பொன்னாம்
பாரு நீ சூதஞ் செத்தால் பறக்கலாங்கவுனங்கேளே"

மணியினால் கவுனத்திலோடலாம், தங்க மிட்டு செந்தூரம் செய்தால் வேதைக்கு உதவும் . 64 சாக்கிலும் தோய்த்து வாட்ட கட்டி மெழுகாகும். நவலோகம் பொன்னாகும். இதை உரசி தேனிற் கொள்ள உடம்பு உறுதியாகும். பல கொடிய பிணிகளும் இதனால் தீரும்.

மாந்திரீகம் (Mantrams)

மாந்திரீகம் என்பது ஐம்பொறிகளையும் அடக்கி ஒவ்வொரு ஆதார நிலையை தன் வயமாக்கும் மார்க்கம் என்றும், மனம், வாக்கு, காயங்களினால் மந்திரங்களை செபித்து பரிதி செய்வதால் பிணி விலகும் எனவும் கூறியுள்ளனர். இதன் மூலம் பாம்பு, தேள், நாய், மற்றும் பல விஷசந்துகளின் கடிகள் பேய், பிசாசு, பில்லி, சூன்யம் இவைகளால் ஏற்படும் துன்பங்கள் பல, அன்றாட வாழ்வில் நம் கண் எதிரே நீங்குவதைக் காண்கின்றோம்.

மாயாஜாலம்: (Magic)

மாயாஜாலம் என்பது சித்த மருத்துவத்தில் சில மூலிகை தாது, மற்றும் உபரச சரக்குகளாலும், அவற்றால் செய்யப்படும் மைகளினாலும், சில அதிசயங்களை நிகழ்த்துவது ஆகும். இது பார்ப்பதற்கு மாயமாக தோன்றினாலும், உண்மையே. இதற்கும், மருத்துவத்திற்கும் நெருங்கிய தொடர்பு உண்டு. உதாரணமாக மணலை கயிறு போல் திரிக்கலாம். எப்படியெனில் நீர்முள்ளி விதைத் தூளை மணலுடன் கலந்து தண்ணீர் விட்டுப் பிசைந்தால் மணல் கயிறு போல் ஆகும். அதுபோல் நீர்முள்ளி விதையால் செய்யப்படும் மருந்து உடலில் நீர்த்த விந்துவை இறுக்கும் (கயிறு போல் ஆக்கும்) தன்மையுடையது என்பதை அறியலாம்.

நாடி நடை (Pulsation)

சித்த மருத்துவத்தில் நாடி ஐம்பூத அடிப்படையில் பிரிக்கப்பட்டுள்ளது. அவை வாத நாடி, பித்த நாடி, கப நாடி, பூத நாடி, குரு நாடி, என்பன. இதயம் சுருங்கி விரியும் போது அதனுடன் சேர்ந்த நாடி இரத்தக் குழாய்களும், விரிந்து சுருங்கும் தன்மை உண்டு. இந்த செய்கையை தான் நாடி நடை என்பர். இதயமே, தேகம் நன்னிலையில் இருப்பதற்கும், சுகமில்லாமல் இருப்பதற்கும் காரணம். இதன் தொழில் வேறுபாடுகளை நாடிகள் உணர்த்தும். உடலில் உயிர் தரித்திருப்பதற்கு காரணமான சக்தியே நாடி எனப்படும்.

சித்த மருத்துவத்தில் நாடி பார்த்தல் என்பது வைத்தியன் ஆன்மா, நோயாளியின் ஆன்மா இரண்டும் கலந்து வைத்தியன் தன்னை நோயாளியின் நிலையில் நிறுத்தி ஒன்றித்த காந்த சக்தியால் நோயாளியின் உடல் நிலையை உணர்வது. நாடியின் வாயிலாக நோயினைக் கணித்த பின், வேறு எவ்வித சோதனையுமின்றி அதற்குரிய மருத்துவம் அளிப்பதும், மேலும் நாடியின் வாயிலாக சில வாரங்களுக்கு முன்பே இவன் இன்று இறப்பான் என்று உறுதியாக கூறுவதும் சித்த மருத்துவத்தின் தனி சிறப்பாகும்.

ஜோதிடம் (Astrology)

சித்தர்களால் செய்யப்பட்ட சோதிட நூற்கள் ஒவ்வொரு மனிதருடைய வாழ்நாளின் நிகழ்ச்சியை பற்றி, கடிகாரத்திற்கு சாவி கொடுத்துப் பின்னால் ஓடுவதற்கு தகுதியாக வைத்திருப்பது போல், முன்பாகவே தயாராக எழுதிவைக்கப்பட்டதாகும். வேண்டியபோது அவைகளை எடுத்து ஒருவனின் வாழ்நாளில் நடக்ககூடிய முக்கியமான விஷயங்களை எடுத்துக் கூறுவதாகும்.

அந் நூற்களில் கடிகை, லக்கினம் முதலிய விவரங்களோடு ஒவ்வொரு நாளும், நேரும் சங்காதிகளை குறிக்கப்பட்டிருக்கும்.. இது உண்மையில் ஒவ்வொருவரின் சாதகமே ஒழிய வேறல்ல.

சாதகத்தை கொண்டு கிரக நிலைகளை கண்டறியலாம். இன்ன கிரகணம் இருந்தால், நோய் தீருமா, தீராதா என்பது பற்றியும், இத்தனை நாட்களில் தீரும் எனவும் சோதிட நூட்கள் வாயிலாக அறியலாம். இவ்விதமான விடயங்களை கௌதமர், புஜண்டர் நூற்களில் கண்டறியலாம்.

முப்பு:

முப்பு என்பதை மூன்று பூதங்களின் கூட்டான பொருள் என்றும், மூன்று உப்புக்களின் கூட்டுப் பொருள் என்றும், தீட்சை செய்த பூநீறு என்றும் சொல்வர். எது எவ்வாறாயினும், நம் சித்தருடைய பல நூட்களை நோக்குமிடத்து முப்புவைப் பற்றி கூறப்படும் இடங்கள் அனைத்திலும் மறைமொழியில் கூறியுள்ளதை அறியலாம். இதுவும் கற்பங்களுள் ஒன்று. முப்பு கிட்டினால் ரசவாதம் எளிதில் கிட்டும் இது 3 வகைப்படும். 1. வாத முப்பு 2. வைத்திய முப்பு 3. யோக முப்பு (ஞான முப்பு)

வாத முப்புவால் தாழ்ந்த உலோகங்களான வங்கம், செம்பு இவற்றை தங்கம் ஆக்கலாம். வைத்திய முப்பைப் பற்பம், செந்தூரம், கட்டு, களங்கு, உருக்கு, சுண்ணம் இவற்றில் கலந்து மிகுந்த வீரியம் உடையவை ஆக்கிப் பல அரிய நோய்களை தீர்க்கலாம். ஞானமுப்பால் உடலைப் பலப்படுத்தி நரை, திரை, மூப்பு இவற்றை ஒழித்து என்றும் இளமையோடு வாழலாம்.

மேலும், வர்மமருத்துவம், இயற்கை மருத்துவம் அறுவை மருத்துவம், போன்ற பல அரிய முறைகள் உள்ளன. இப்படிப் பல தனிச் சிறப்புக்களைப் பெற்ற, சித்த மருத்துவத்தில் உள்ள அளவுக்கு, மருந்து வகைகளும், தத்துவ முறைகளும் வேறு எந்த மருத்துவ முறையிலும் இல்லை என்று உறுதியாகக் கூறலாம். அப்படிப்பட்ட சித்த மருத்துவம் வாழ்க! வளர்க!

ஆதார நூல்கள்!

1. இரசவாத சிந்தாமணி
2. தோற்ற கிரம ஆராய்ச்சி
3. சாம்பசிவம்பிள்ளை அகராதி
4. சித்த மருத்துவச் சிறப்பு
5. போகர் - 7000
6. நோய் நாடல் - முதல் பாகம்
7. சித்த மருத்துவாங்கச் சுருக்கம்

MAGIC BOX

V. Manohar
II B.S.M.S.

407	418	381	392	395
421	382	385	396	409
375	386	399	411	422
388	401	412	415	377
402	406	416	379	390

Add horizontally (or) vertically or diagonally to get the total 1993.

AN ANALYSIS ON TUBERS

M. Mathavi [Final B.S.M.S]

Tubers are essential food stuffs for the human beings as well as used for theraphy, in Siddha system and modern system. Tubers are having sufficient amount of glucose, fat, protein and moist air in some content. In some plants, the roots are swellen due to enormous storage of starch such as sweet potatoes, yarn, carrot, Radish, Beetroot, Topioca etc., Topioca is extensively cultivated for edible roots for manufacturing arrow powder and sage.

Potatoes: (Solanum tuberosum)

Potatoes are used as an vegetable as a source of glucose dextrin and industrial alcohol. It is universal food and it is common article of human consumption. It is also fed to stoke.

TOPIOCA (Maninot - utilissima)

It contains very good starch, alcohol, glucose and any minerals also. It can not be stored for more than one weak. Hence, it will be cut out into small and dried slices, stored for manufacturing arrow root powder.

AMORPHOPHALUS - sps:

The cells of this tubers contain Calcium Oxalate and hence it is having irritating taste. This tubers are used in rheumatism.

SWEET POTATOES (Ipomea batatas)

It is very sweet and easily disgestible and it contains more starch. The amounts of starch, fat, protein, and moist air present in raw and dried tubers are

	RAW	DRIED
Moist air	66.5%	13.0
Protein	1.2%	3%
Fat	0.3%	0.8%
Starch	3.1%	8.05%
Minerals	1%	2.6%

CARROT (Daccus carota)

It contains starch, glucose, vitamins, minerals. It induces resistance and capacity in our body. This roots are diuretic, opthalmic and tonic.

BEET ROOT (Beta vulgaris)

It contains two types of sugars. They are, Beet root sugar and cane sugar. The roots are used for extraction of sugar and also as a vegetable.

RADISH (Raphanus sativus)

This roots are used to cure urinary troubles, Piles and gastric disorders.

TORNIPS (Bressica campestoies)

It is used as vegetable and is used to cure urinary disorders.

Comparison Of Glucose In Hydrolysed And Unhydrolyses Forms

No Name of the Source Material	% of glucose (in mg) hydrolysed	% of glucose unhydrolysed
1. Potato	5.68198	1.97631
2. Topioca	4.72675	2.3858
3. Amorphophallus	9.97631	6.8455
4. Ipomoea Potato	9.2317	4.708
5. Carrot	4.356	2.6
6. Beet root	18.4534	13.814
7. Radish - Red	16.1473	9.24
8. Turnip	4.07764	3.66
9. White Ipomea Potao	13.4554	6.1212
10. Raddish - White	5.888	4.86

The above mentioned values of glucose in tubers are experimented by the following procedure. That is ...., 20 cc of sugar from each tuber is take in a conical flask of 250 cc. capacity and 20 cc $CUSO_4$ solution is added followed by 20 cc of Nitrate Solution. The solution is heated gradually to binding and maintained at this temperature for 10 minutes after which the percipitated by $CUSO_4$ is allowed to settle. The supernatent liquid is filterated through filter paper. The percipitate is heated with a little water and allowed to settle as before the filterate discarded and the flask is thoroughly cleaned with distilled water, to the flask containing the Cu_20 enough of ferric solution. Solution is added to dissolve the oxide completely. The solution assumed a green colour and it is poured on the filter paper which contain a little undissolved oxide and the fitter were titrated against std, KMNO4, till a permanent pink colour is obtained. From the litre value, the value of sugar can be calculated.

Conclusion:

From the above method sugars are liberated from the tubers and it's quantity is also determined. We can illustrate this method for any tubers for golting Glucose or other sugars.

WHY GOD MADE FRIENDS

G*od made the word with a Heartful of* **Love**

T*hen he looked down from heaven* **above.**

A*nd saw that we are all need helphing* **hand**

S*omeone to share with who'll* **understand**

H*e made special people to see in* **through**

T*he glad times and the sad* **times too**

A *person on whom we can always* **depend**

S*omeone we can call a* **Friend**

G*od made friends so we'll carry* **apart**

O*f his perfect Love in all our* **hearts**

KITCHU (A) EDWIN
Final B.S.M.S.

Friends - God's Precious gifts
- Magazine Committee

பல் தசை வளர்தலைத் தடுக்க

"காசுக்கட்டித் துண்டைக் கண்டொ துக்கிப் பல்லில் வைக்க
கூசி விட்டுப் பல்தசை போங்குன்றி"

பொருள்:

ஒரு துண்டு காசுக் கட்டியைப் பல்தசை வளர்ந்ததின் மேல் ஒதுக்கி வைக்கவும், குழிந்த பல் தசை வளர்தல் பல்வலியும், அதிலுள்ளள மாசுக்ள யாவும் அகன்று விடும்.

மூலிகை உப்புகள்

மூலிகைகளை கற்கம், சாறு, குடிநீர், சூரணம் முதலியவைகளாகச் செய்து கொடுத்து கிடைக்கும் பயன்கள் மிகுதி எனினும் அவைகளின் ஆயுட்காலம் மிகக் குறைவாகவே உள்ளன. எனவே அவற்றின் செய்கை குன்றாமலும் நீண்ட ஆயுட்காலம் உடையதாகவும் பயன் படுத்த அவைகளிலிருந்து உப்பு எடுத்து உபயோகித்தல் ஒரு சிறந்த முறை. இம் மூலிகைகளிலிருந்து பெறப்படும் உப்புக்களை மூலிகை உப்புக்கள் என்று அழைப்பதில் தவறு ஒன்றுமில்லை.

உப்பு எடுக்கும் பொது முறை.

மூலிகையினை நன்கு உலர்த்தி எரித்துச் சாம்பலாக்கி, எரியாத கட்டைகளை நீக்கவும். சாம்பலை பாண்டத்திலிட்டு அதற்கு நான்கு மடங்கு நீர் விட்டுக் கலக்கி தெளிய வைத்து தெளி நீரை எடுத்து அடியிலுள்ள வண்டலை நீக்கவும். தெளி நீரைக் காய்ச்சி உப்பு எடுக்கவும். உப்பு வெண்மையாக வராவிடின் மீண்டும் நீர் சேர்த்து கலக்கி தெளிய வைத்து தெளி நீரைக் காய்ச்சவும். உப்பினை பாட்டிலில் பத்திரப்படுத்தவும்.

சில மூலிகை உப்புக்களும் தீரும் நோய்களும்.

1. ஆணங்காய் உப்பு
   (ஆணங்காய் என்பது ஆண்பனையின் பாளை)
   சிறு நீரைப் பெருக்கும், வலப்பாட்டு, இடப்பாட்டு ஈரல் நோய்கள் தீரும்.

2. புகையிலை உப்பு
   நீர்கட்டு, பெருவயிறு, ஈரல் நோய் தீரும்.

3. வாழைப்பட்டை உப்பு
   சிறுநீரைப் பெருக்கும்.

4. நாயுருவி உப்பு
   குன்மம், இரைப்பு, ஈளை தீரும்.

5. வேப்பிலை உப்பு
   வயிற்றுப் பொருமல், குன்மம் தீரும்.

6. பிரண்டை உப்பு
   பால் குடித்தக் குழந்தைகள் தயிர் போல் கட்டியாக எடுக்கும் வாந்தி, பேதி, வாய்ப்புண், வெடிப்பு, வயிற்றுவலி, குன்மம், மூலம், சூதகவலி இவற்றைப் போக்கும்.

7. நீர் முள்ளி உப்பு
   வீக்கம், சோபை, நீர்கட்டு, வீக்கம் தீரும்

மருந்தாகும் சாம்பல்கள்

1. நாயுருவிச் சாம்பலை தேனில் கொடுக்க சூதகத்தடை, உதிரச்சிக்கல் தீரும்.

2. மஞ்சள்சுட்ட கரிச் சாம்பலை தேனில் கொடுக்க கிராணி, அதிசாரம் தீரும்.

3. புளியம்பட்டைச் சாம்பலை நீரில் கலக்கி தெளிநீரை வாய்கொப்பளிக்க தொண்டைப்புண் மாறும்.

4. முள்ளுக்கீரை சாம்பலை நீரில் குழைத்துப் போட கட்டி உடையும்.

5. காட்டுச் சுரைக்காய் சாம்பலுடன் தேன் சேர்த்து கண்ணிலிட மாலைக் கண் தீரும்.

6. நீர் மேல் நெருப்புச் சாம்பலை எண்ணெயுடன் கலந்து சிரங்கு, கரப்பான் இவைகளுக்குப் போட தீரும்.

7. பனம்பூவைச் சுட்ட சாம்பலை புண்ணுக்குப் போட குணமாகும். இதனை உள்ளுக்கு கொடுக்க சிறு நீரை பெருக்கும், கழியச் செய்யும்.

ஐ. குமாரணந்தம்
ம. அந்தோணி ஜேம்ஸ் சுரேஷ்
- நான்காம் ஆண்டு B.S.M.S.

பப்பாளின்னா! பப்பாளிதான்

பேஷ்

பேஷ்

S. அருணா
Final B.S.M.S.

பப்பாளி பழம் எளிதில் கிடைக்கக் கூடியது. விலையோ குறைவு, பயன்களோ அதிகம். அதன் பயன்களை பார்ப்போமா?

1. பப்பாளி பழத்தில் அதிக அளவில் வைட்டமின் "A" வைட்டமின் B1" வைட்டமின் "B2" வைட்டமின் "C" முதலியன உள்ளன.
2. பப்பாளி பழம் கண் பார்வையை கூர்மையாக்குகிறது.
3. உடல் வளர்ச்சி அடைய உதவுகின்றது.
4. உடல் பலம் பெற வைக்கின்றது.
5. நரம்பு உறுதி பெற உதவுகின்றது.
6. பற்கள் கெட்டி அடைகின்றன. ஈறுகளும் பலம் அடைகின்றன.
7. குடல் நோய்களை குணமாக்குகின்றது.
8. சிறுநீரக கற்களை கரைக்கும் தன்மை உடையது.
9. மூல நோயை குணப்படுத்தும்.
10. உடலிலுள்ள புண்களை விரைவில் ஆற்றும். மேலும், பப்பாளிபழம் தொடர்ந்து சாப்பிட்டு வருபவர்களை எந்த வித தொற்று நோயும் எளிதில் அண்டாது.

பப்பாளி பழத்தினை தனியாகவோ அல்லது மற்ற பழங்களுடனோ சேர்த்து ஜூஸ் (Juice) செய்து சாப்பிடலாம். பப்பாளி காயினை மற்ற காய்களைப் போலவே சமையல் செய்தும் சாப்பிடலாம்.

என்ன? பப்பாளி பழம் சாப்பிட கிளம்பி விட்டீர்களா! சிறிது பொறுங்கள். சிலருக்கு இதன் மணம் பிடிக்காது. அவர்கள் கீழ்க்கண்ட முறைகளில் பப்பாளி பழத்தினை பயன்படுத்தி பலனைப் பெறலாம்.

1. பப்பாளி பர்பி

தேவையான பொருட்கள்.
பப்பாளி - 400 கிராம்.
சர்க்கரை - 400 கிராம்.
ஏலக்காய் பொடி - 1/2 தேக்கரண்டி.

செய்முறை.

நன்கு முற்றின பப்பாளியைத் தண்ணீரில் கழுவி துண்டுகளாக்கி மிக்ஸியின் உதவியால் அரைக்க வேண்டும். இத்துடன் சர்க்கரை சேர்த்து மிதமான வெப்பத்தில் காய்ச்ச வேண்டும். பர்பி பதமானவுடன் ஏலக்காய் பொடியைச் சேர்த்து டால்டா தடவி தட்டில் போட்டு பரப்பி, குளிர்ந்தவுடன் தேவையான டிசைன்களில் வைத்துப் பரிமாறலாம்.

4. சத்தான பப்பாளி சாலட்.

பப்பாளி பழம் தோல் சீவி சிறு துண்டுகளாக அரிந்து - 250 கிராம். பரங்கிக்காய் தோல் சீவி துருவியது - 200 கிராம்

செய்முறை.

இரண்டையும் கலந்து இரண்டு ஸ்பூன் சர்க்கரை தூவவும். ஒரு டீஸ்பூன் உப்பு தூவவும். நெய்யில் இரண்டு டீஸ்பூன் சோம்பை வறுத்துப் போடவும். இரண்டு டீஸ்பூன் மிளகை நெய்யில் பொரித்து பொடி செய்து போடவும். கொத்த மல்லி 3 டேபிள் ஸ்பூன் நறுக்கியதும் வைக்கவும்.

இது மிகவும் சத்தான உணவு. சாலட் செய்து 3 மணி நேரத்திற்குள் சாப்பிடுவது நல்லது. மாலையில் செய்து உண்ண, மறுநாள் நன்கு கழியும். வயிற்று மந்தத்தினை போக்கும், பசியைத் தூண்டும். உடலை நன்கு வளர்க்கும்.

3. TUITY FRUITY

முற்றின பப்ளாளி காயை தோல் சீவி சிறிது சிறிதாக வெட்டி சீனிப் பாகில் போட்டு வேக வைக்கவும். பின் தட்டில் பரப்பி உலர்த்தி பாட்டிலில் சேகரித்து வைக்கவும். அப்படியே சாப்பிடலாம் அல்லது கேக் முதலியன செய்யும் போதும் பயன்படுத்தலாம் . கலர் தேவை எனில் சீனிப் பாகுடன் கலரினை சேர்க்கவும்.

இந்த நாகரிக காலத்தில் மாதம் ஒரு முறை டாக்டரிடம் படையெடுப்பு. உடம்பில் இரத்தமில்லை, வைட்டமின் இல்லை, இரும்பு சத்து இல்லை, கால்சியம் இல்லை என ஏதோ ஒரு காரணத்திற்காக மாதம் ஒரு பாட்டில் டானிக்கை குடிக்கின்றோம். அல்லது வைட்டமின் மாத்திரைகள் என்று நிறைய சாப்பிடுகின்றோம். அப்படியும் வரும் நோய்கள் குறைந்த பாடில்லை. இயற்கை நமக்கு அளித்துள்ள பழங்களையும், காய்கறிகளையும் பயன்படுத்தினால் நோயின்றி நீண்ட காலம் ஆரோக்கிமாக வாழலாம்.

" இப்ப எல்லோரும் பப்பாளி சாப்பிட
கிளம்பிட்டிருக்காங்க அப்ப நீங்க"

நாங்களும்தான் !

மலர்க்குழு

✻ பொன்மொழிகள்

1. தான் தேடிய பொருள் - உத்தமம்,
தகப்பன் தேடிய பொருள் - மத்திமமம் உடன்
பிறந்தவன் பொருள் - அதமம்
- நீதி சாஸ்திரம்.

2. அழகிலே மன மகிழ்ச்சி கொள்கிறாயா?
ரோஜா கூடத்தான் அழகாக இருக்கிறது,
ஆனால் அது சீக்கிரம் வாடிவதங்கி விடுகிறது.
-கிரேக்க கவிதை.

3. எட்டத்தில் இன்பம் இருக்கிறதா என எண்ணி
ஏங்குகிறான் முட்டாள். தன் காலடியிலேயே அது
கொட்டிக் கிடப்பதைக் காண்கிறான் புத்திசாலி
- ஜேம்ஸ் ஆபன்ஹிம்

4. மன்னித்தல் தண்டித்தலை விடச் சிறந்தது
ஏனென்றால் தண்டித்தல் மிருககுணம்
மன்னித்தல் மனித குணம்.
- எடிச்டெட்டஸ்

M.ரமேஷ் ராஜப்பா
IV B.S.M.S

இஞ்சியுடன் சீரகமு மிந்துப்பரைத் தருந்த
மிஞ்சியபசி தீபன மிகும்.

அதிமதுரப் பாலினை வாயடக்கியுமிழ் நீரருந்த
மதி மதுரமாய் விளங்க லாம்.

நெடுந்தேனிலூரண் சிறுக்கும் நெய்யினிலூரண் பெருக்கும்
இடுங் காரமே பொரித்தே.

தொகுப்பு
Dr.ஆறுமுகம். IIIrd M.D.

வைட்டமின் - "C" புதிய தகவல்கள்

Dr.(Miss)G. Mohanambigai,
IInd M.D.(S)

கதிர்வீச்சு **(X-ray)** படம் எடுக்கும் போது நமது உடலில் செல்களை அழிக்கின்ற அணுக்கள் **(Free Radicals)** தோன்றி செல்களை நாசப்படுத்துகிறது. ஆரஞ்சுப் பழச்சாறு (அ) ஏதேனும் வைட்டமின் "**C**" வகை பொருட்களை உள்ளுக்குச் சாப்பிடும் போது அவைகள் அந்த மாதிரியான கொடிய அணுக்களுடன் போராடி அவைகளை செயலற்றதாக ஆக்குகிறது. ஆகவே **X-ray** படம் எடுப்பதற்கு முன் கூட்டியே வைட்டமின் "**C**" சாப்பிடுவதன் மூலம் செல் அழிவைத் தடுக்கலாம்.

Histamine-க்கு எதிரி வைட்டமின் "**C**" என்று கண்டறியப்பட்டுள்ளது. திடீரென்று தும்மலுண்டாகி நாசியிலிருந்தும் கண்களிலிருந்தும் நீர் வடிவது ஒவ்வாமையினால் வந்தபாதிப்பு **(Allergic Rhinitis)** என்று சொல்லலாம். இவை **histamine** - களால் உண்டாவது. வைட்டமின் "**C**" உட்கொண்டு வருவதால் ரத்தத்திலுள்ள **histamine** அதிகரிப்பினை கட்டுப்படுத்தலாம் என்று ஆராய்ச்சியின் மூலம் நிரூபிக்கப்பட்டுள்ளது. ஆகவே வைட்டமின் "**C**" உள்ள லேகியம் போன்ற மருந்துகளை சளி தொந்தரவுள்ள நோயாளிகளுக்கு கொடுக்க நிவாரணம் கிடைக்கும்.

வைட்டமின் "**C**" ஒரு நாளைக்கு **60mg** உட்கொண்டால் அவை விந்து அணுவில் **DNA** குறைபாடு இருப்பின் அவற்றை சரி செய்யும் திறன் கொண்டுள்ளதால் பிறவிக் கோளாறுகள், குறைவுடன் மகவு பிறத்தல் இவைகள் தவிர்க்கப்படுகின்றன என்று **(California University)** ஆய்ந்து அறிவித்துள்ளது.

ரத்தக் குழாய்களின் உட்சுவரில் **(Endothelium)** கொழுப்பு அணுக்கள் படிவதால் "**Artherosclerosis**" என்ற நோய் நிலை ஏற்படுகிறது. வைட்டமின் "**C**" அவ்வாறு கொழுப்பு அணுக்கள் படிவதைத் தடுக்கும் செயல்திறன் கொண்டதால் மேற்கண்ட நோயாளிகளுக்கும், கொழுப்புச் சத்து அதிகம் உள்ளவர்களுக்கும் வைட்டமின் "**C**" மருந்துகளை உட்கொள்ள நிவாரணம் பெறலாம்.

தேன் - மகிமை

மலர் விழி
4ஆம் ஆண்டு B.S.M.S.

தேன் இயற்கையில் கிடைக்கக் கூடிய ஓர் வரப்பிரசாதம். தேனில் உலோகச் சத்துக்கள், வைட்டமின்கள் போன்ற சகல விதமான சத்துக்கள் பொருந்தியுள்ளது. தேன் பருகிய பனிரெண்டு நாழிகைக்குள் சீரணமாகும். இது குருதியை சுத்திகரித்து, உடலுக்கு வன்மையை தரக் கூடியது. பல பொருட்களை நீண்ட நாட்கள் கெடாமல் பாதுகாக்கப் பயன்படுகிறது. சித்த மருத்துவத்தில் தேன் மருந்தாகவும், அனுபானமாகவும் பயன்படுகிறது.

தேனின் செய்கைகள்

உள்ளழலாற்றி, மலமிளக்கி, துவர்ப்பி, அழுகலகற்றி, கோழையகற்றி, போஷணகாரி, பசித்தூண்டி, தூக்கமுண்டாக்கி

தேனின் மருத்துவப் பயன்கள்

1. *10* கிராம் தேன் + குளிர்ந்த நீர் - சளி போகும்
2. *10* கி. தேன் + பசும்பால் + முட்டை - இரைப்பு நோய் தீரும்
3. *10* கி. தேன் + *5* கி. சுட்ட சுண்ணாம்பு - விக்கல் போகும்
4. *10* கி. தேன் + மாதுளம் பழச் சாறு - இருதய நோய் நீங்கும்
5. *10* கி. தேன் + நவச்சாரம் - முடிஇல்லாத இடத்தில் தடவ முடி வளரும்.
6. *10* கி. தேன் + பசும்பால் - இளைப்பு நோய் தீரும்.
7. *10* கி. தேன் + *10* கி முள்ளங்கி விதை - உடல் பலம் ஏற்படும்
8. *10* கி. தேன் + கருப்புக் காஃபி (பாலில்லாமல்) - தலைவலி போகும்
9. *10* கி. தேன் + முட்டை வெண்கரு + பாதாம் எண்ணெய் மூன்றையும் கலந்து முகத்தில் பூசி வர முகம் பொலிவு பெறும்.
10. *10* கி. தேன் + பழச்சாறு + இஞ்சிச் சாறு - வாந்தி நிற்கும், பசி எடுக்கும்.
11. *10* கி. தேன் தினம் ஒரு வேளை சாப்பிட்டு வர நிமோனியா, டைஃபாய்டு, விஷக்காய்ச்சல், நோய்கள் குணமாகும்.
12. *10* கி. தேன் + பசும்பால் பருகி வர சளி, காய்ச்சல் போகும்.
13. *10* கிராம் தேன் + மயிலிறகு எரித்த சாம்பல் கலந்து சாப்பிட அஜீரணம், மந்தம், வாந்தி, பேதி குணமாகும்.
14. *10* கி. தேன் + வெங்காயச்சாறு கலந்துண்ண கண் பார்வை அதிகரிக்கும்
15. தேன் + நீர் சம அளவு கலந்து பருகி வர பருத்த உடல் இளைக்கும்
16. தேன் + பால் சம அளவு கலந்து பருகி வர உடல் பருமனாகும்.
17. தேன் ஒரு சிட்டிகை ஒரு நாளுக்கு இரு வேளை குழந்தைகளுக்குக் கொடுத்து வர கக்குவான் நீங்கும்
18. தேன் + நெல்லிக்காய்ச் சாறு சம அளவு கலந்து அரைமண்டலம் உண்டு வர நீரழிவு நோயில் குருதியில் சர்க்கரைச் சத்து குறைந்து வரும்.
19. தேன் *4* பங்கு, திப்பிலி, துளசி, வசம்பு இவை மூன்றும் வகைக்கு ஒரு பங்கு சேர்த்து இடித்துப் பிசைந்து இரண்டு வேளை 5gm வீதம் சாப்பிட்டு வர கக்குவான் குணமாகும்.
20. தேன் + எலுமிச்சம்பழச்சாறு கலந்து பூச முகத்தில் உள்ள கறுப்பு நிற புள்ளிகள் மறையும்

தேனில் சர்க்கரைச் சத்து மிகக் குறைவாக இருப்பதால் நீரழிவு நோயாளிகள் தாராளமாகத் தேனைப் பயன்படுத்தலாம்.

இவ்வாறு சுவையிலும், குணத்திலும் செயலிலும் முதன்மையாகத் திகழும் தேன் மிகச் சிறந்த மருந்துப் பொருள் மட்டுமல்லாது, காய கற்பப் பொருளுமாகும். இதை உண்டு வாழ்பவரின் காயம் இவ்வையகத்துள் நீண்ட காலம் நிலை பெற்று பலத்துடன் வலம் வரும்.

அவர்களைப் போல் நாமும்

Dr. ஆர்.எஸ். இராமசுவாமி
உதவி விரிவுரையாளர்
(நிறுவனர் + தலைவர், இலக்கிய சோலை,
பாளையங்கோட்டை)

பிணிபலவும் அணுவீச்சால் பீடித்த உயிர் பலவும்
துணிவுணர்வை மணியொலிவும் தூரியமு மூட்டிடவே
தணிவுற்று உணங்கிட்ட தாய்நாடு விழிப்புறவே
பணி செய்தார் சப்பானில் பார் புகழ எழிலுறவே

எழில் மிக்க நகரதனில் ஏற்றமிகு ஊர்திவளம்
தொழில் நுட்பம் சாற்றுகின்ற தோற்றமிகு பொறிபுனைவர்
மொழிப்பற்றும் கொண்டதனை மெய்யெனவே போற்றிடுவர்
வழிப்படுத்தும் நெறிபலவும் வாய்த்திட்ட வானுடையர்

வானளாவும் கட்டுக்கள் வரையிலா எந்திரங்கள்
மீன் விழியர் நட்டுக்கள் மின்னொளியின் வண்ணங்கள்
கானமழைச் சொட்டுக்கள் கண்பறிக்கும் கடிகைகள்
தேன்மழலைச் சிட்டுக்கள் தெவிட்டாத எண்ணங்களே

எண்ணமது எழுந்திடவே ஏற்புடைய வல்லரசை
திண்ணமாய் நிறுவிடவே தீவிரமாய் உழைத்திட்டார்
நண்ணலரும் நண்ணிடவே நாணிடுவார் நடுங்கிடுவார்
விண்ணகரை மண்ணிடமே வீடெனவே கண்ணுறுமின்

உறுதியாய் உழைப்பவர்கள் ஊக்கியூக்க முடையவர்கள்
சிறுநனியும் ஓய்விலார் சீவரரைப் போற்றும் சீலர்கள்
நறுமையுடை வழிபலவும் நானிலத்திற்குரைத்திட்டார்
பொறுப்புடனே அவைகற்று போற்றியே உயர்ந்திடுவோம்.

கோவண வம்சங்கள்

இங்கே
பாலுக்குக் கூட ஆடை
நூலுக்குக் கூட கஞ்சி!
நாங்கள் மட்டும்
கோவணத்துடன் - வள்ளல்களாய்
ஆம்
எங்கள் கந்தல்கள்
கவிகளுக்கு கரன்சிகளைத் தருவதால்
எங்கள் வறுமைகள்
கவிகளுக்கு வளமைகள் தருவதால்
நாங்கள் வள்ளல்கள்!
எச்சிலை விழுங்கி காலம் கடத்தியது
போதும் - கொஞ்சம்
எச்சில் இலையையாவது காட்டுங்கள்
எங்கள் சமையல்
அன்றும் - இன்றும் - என்றும்
பசி - நெருப்பு
நீர் - உணவு
பாத்திரம் - வயிறு
கொதித்துவிட்டது - ஆம்
கண்ணில் நீர்திவலைகள்
நாதியில்லா எங்களை
நகலெடுக்கும் கவிகளே
சற்றே விலகுங்கள்
கோவணங்களுக்கும்
கோபுரம் கட்டத் தெரியும்.

கவி
இரா. செந்தில் குமார்
நான்காம் ஆண்டு B.S.M.S.

காலுக்குச் செருப்பும் இல்லை
கால் வயிற்றுக்குக் கூழுமில்லை
பாழுக்கு உழைத்தோமடா - என் தோழா
பசையற்று போனோமடா - ஜீவா

சர்வரோக நிவாரணி - சிறு நீர்

வே. சடாச்சரம்
நான்காமாண்டு பிஎஸ்எம்எஸ்.

முன்னுரை.

சிறுநீரானது ஆண்டவனால் அளிக்கப்பட்ட அற்புதமான வரப்பிரசாதமாகும். ஆம்! இது மனித உடல் ஆரோக்கியத்திற்கு விலை மதிக்க முடியாத ஒரு பொருள்.

" நாறு மிளகு நுகருஞ் சிவத்தினீர்
மாறும் இதற்கு மருந்தில்லை மாந்தர்காள்
தேறில் இதனை தெளியுச் சிகப்பிடின்
மாறும் இதற்கு மறுமயிராமே"
திருமந்திரம்

நாறு மிளகளவு சிறுநீரை அருந்துங்கள். இதற்கு மாறான மருந்து இல்லை. இதை உச்சியில் தேய்த்துக் குளித்தால் நரைமயிர் மாறிக் கருக்கும். மேலும்

"நுரை திரை நீக்கி நுகர வல்லார்க்கு
நரை திரை நீங்கி மகிழ்வரே"

என்றும் திருமந்திரத்தில் கூறப்பட்டுள்ளதன் மூலம் சிறுநீரின் பெருமைகள் விளங்குகிறது.

சிறுநீரில் அடங்கியுள்ள பொருள்கள்

ஆரோக்கியமான மனிதனுடைய சிறுநீரில் *19* போஷாக்குகத் தத்துவங்கள் அடங்கியுள்ளன. *24* மணி நேரத்தில் மனிதன் கழிக்கும் சிறு நீரில் அடங்கியுள்ள பொருள்களும், அவற்றின் அளவும்.

1.Urea (Nitrogen) 682 .00 mg
2. Urea - 1459 . 00 mg
3. Creatinine (Nitrogen) - 36.00 mg
4. Creatine - 97.20 mg
5. Uric Acid (Nitrogen) 12.30 mg
6. Uric Acid - 36.90 mg
7. Amino (Nitrogen) - 9.70 mg
8. Ammonia (Nitrogen) - 57.00 mg
9. Sodium - 212.00 mg.
10. Potassium - 137 .00 mg
11. Calcium - 19.50 mg
12. Magnesium - 11.30 mg
13. Chloride - 314.00 mg.
14. Total Sulphate - 91.00 mg
15. Inorganic Sulphate - 83.00 mg
16. Inorganic Phosphate - 127.00 mg
17. P.H. - 6.40
18. Total acidity
19.N/10 acid-27.80

மேலும் ஹார்மோன்கள், என்சைம்கள், டைரெக்டின், யூரோகினேஸ் போன்றவைகளும் அடங்கியுள்ளன.

சிறு நீரினால் உடலை மாலிஸ் செய்யும் முறை

(மாலிஸ் - சிறுநீர் கொண்டு முறையாக உடம்பில் தேய்த்தல்)

இதற்கு குறைந்த பட்சம் ஏழு நாள்கள் பழையதான சிறுநீர் தேவை. சிறுநீரை ஒவ்வொரு நாளும் ஒரு பாட்டிலில் பிடித்து நிரப்பி, ஏழு நாள்களில் ஏழு பாட்டில்களில் சேகரித்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். ஒவ்வொரு பாட்டிலும் ஒரு பவுண்டு சிறுநீர் கொள்ளத்தக்கதாக இருக்க வேண்டும்.

தேய்ப்பதற்கு முன் சிறு நீர் பாட்டிலை, ஒரு பாத்திரத்தில் சுடு நீர் ஊற்றி அதற்குள் வைத்து வெதுவெதுப்பாக்கிக் கொண்டு, ஓர் வாயகன்ற பாத்திரத்தில் ஊற்றி, உள்ளங்கையை அதில் முக்கி, முதலில் நெற்றி, முகம் முதலிய இடங்களில் கை காயும் வரை தேய்த்துக் கொண்டிருக்க வேண்டும். இவ்வாறு உடலின் ஒவ்வொரு பாகத்தையும் தேய்க்கவும்.

தேய்த்து முடித்த பிறகு 1/2 முதல் 3/4 மணி நேரம் வரை காலை நேர இளம் வெயிலில் ஓய்வெடுத்து, பிறகு வெந்நீரில் குளிக்கவும்.

சிறு நீரும், உபவாசமும்.

எந்த ஒரு வியாதிக்கும் முதலில் சிறு நீர் பிடித்து வைத்து முதலில் மாலிஸ் மூலமாக ஆரம்பித்தால் முதல் வாரத்திலேயே நல்ல பலன் தெரிந்து விடும். நான்கைந்து தினங்களில் உடலின் உஷ்ணம் வெளியேறி சொரி, சிரங்கு, பிப்பு, கொப்பளம், முகப்பரு தோன்றும். எல்லோர்க்கும் தீது ஏற்படாது. சிலருக்கு ஏற்படலாம். உடலின் விஷப் பொருள் இதன் வழியாக வெளியேறும். சிறு நீர் கொண்டு பலமாகத் தேய்த்தால் இரண்டொரு நாளில் மறைந்து விடும்.

மாலிஸ் ஆரம்பித்த ஒரு வாரத்திற்குப் பின் சிறுநீர் உள்ளே அருந்தவும். வேளைக்கு *1* டம்ளர் வீதம் *3* வேளை போதுமானது. இத்துடன் சைவ உணவே உட்கொள்ளவேண்டும்.

கொடிய, தீராத நாள்பட்ட வியாதியால் அவஸ்தைப் பட்டுக் கொண்டிருப்பவர்கள் அன்ன ஆகாரமின்றி உபவாசமிருக்க வேண்டும். உபவாச காலங்களில் தான் கழிக்கும் சிறுநீருடன் தேவையான அளவு தண்ணீர் மட்டுமின்றி, வேறெதையும் உட்கொள்ளக்கூடாது. மேலும், அக்காலங்களில் பழைய சிறுநீர் கொண்டு உடலை மாலிஸ் செய்வதால் இருதயத் துடிப்பு அதிகரிக்காது சாதாரண நிலையிலேயே காக்கப்படுகிறது.

நோயாளியின் ரத்த அழுத்தம் குறைந்திருந்தாலும், இருதயம் பலவீனமாய் இருந்தாலும் உபவாசம் இருக்கக்கூடாது. சிறுநீர் குடித்து, மாலிஸ் செய்து லேசான சைவ உணவை உட்கொள்ளலாம்.

சிறு நீர் பிரயோகத்திற்கு நான்கைந்து நாள்களுக்கு முன்பே மற்ற மருத்துவங்களை கைவிட்டு விடவேண்டும்.

உபவாசத்தை முறித்தல்

உபவாசம் முறிந்து உணவு உட்கொள்ள ஆரம்பிக்கும்போது எச்சரிக்கையாய் இருக்க வேண்டும். உடனே பூரண சாப்பாடு சாப்பிட ஆரம்பிக்கக்கூடாது.

முதல் நாள் சாத்துக்குடி ஆரஞ்சு ரசமோ அல்லது பாசிப்பயறு வேக வைத்த தண்ணீர் மட்டும் அருந்தி உபவாசத்தை முறிக்க வேண்டும். பிறகு பால், பழம், கஞ்சி முதலிய லேசான உணவுகள் *2-3* தினங்கள் உட்கொண்டு, பிறகு எப்பொழுதும் போல் சத்துள்ள சாத்வீக உணவை உட்கொள்ள வேண்டும். உணவு உட்கொள்ள ஆரம்பித்த பின் சிறுநீர் *3-4* முறை சாப்பிட்டு, உடலில் பழைய சிறுநீர் கொண்டு தொடர்ந்து தேய்த்து வரவேண்டும்.

புற்றுநோய், குஷ்டம், காசம், ஆஸ்துமா, இருதய சிறுநீரக நோய்கள், நீரழிவு, சரும நோய்கள் போன்ற நாட்பட்ட கொடிய நோய்களுக்கு

1. சிறுநீருடன் வெந்நீர் கலந்து இனிமா கொடுக்கவேண்டும்.
2. *1* வாரம் முதல் *4* வாரங்கள் வரை உடல் நிலைக்குத்தக்கபடி பூரண உபவாசம் இருக்கவேண்டும்.
3. உடம்பில் தலையிலிருந்து உள்ளங்கால் வரை பாட்டிலில் பிடித்து வைத்துப் பழையதாக்கிய சிறுநீரால் மாலிஸ் செய்ய வேண்டும். காயங்கள், தீப்புண்கள், தசைவீக்கம், கட்டிகள் காயங்கள் முதலியவற்றிற்கு

1. 1/2 முதல் *1* டம்ளர் சிறுநீரை உள்ளே அருந்தவும் தினமும் *2-3* வேளை.
2. சிறுநீரில் நனைக்கப்பட்ட துணியினால் பாதிக்கப்பட்ட இடங்களில் ஒத்தடம் கொடுக்க வேண்டும். துணிகாய்ந்துவிடும் பொழுது அதில் சிறுநீரை ஊற்றி எப்பொழுதும் ஈரமாக வைத்திருக்க வேண்டும். பிறகு கட்டிகள், புண்கள் மேல் ஈரத்துடன் வைத்துக் கட்டிவிட வேண்டும்.

விஷக்கடிகளுக்கு.

சிறுநீரானது விஷக்கடிகளுக்கு சிறந்த முறிவு **(Antitode)** விஷக்கடிக்கு உடனே தன் சிறுநீரை அருந்தி, பழைய சிறுநீரை கடித்த இடத்தில் தேய்க்க ஒரு நிமிடத்தில் நெறி இறங்கி வலி நின்றுவிடும்.

கண்நோய்களுக்கு

புதிய சிறுநீரால் கண்களை ஓரிருமுறை கழுவவும். காலையிலும், இரவிலும் படுக்கும் முன்பும் கண்களில் சிறுநீர் சிலதுளிகள் விடவும்.

காது நோய்களுக்கு

காதுவலி, சீழ்வடிதல், செவிடு, இரைச்சல் முதலிய நோய்களுக்கு குறைந்தபட்சம் 4 நாள்கள் பழையதான சிறுநீரை லேசாக சூடு செய்து 5- 7 துளிகள் காதில் விடவும். தினமும் இருமுறை இவ்விதம் செய்யவும்.

மூக்கு, மூக்குத்தண்டு, பீனிசம் முதலிய நோய்களுக்கு

புதிய சிறுநீரை மூக்கினால் உறிஞ்சவும்.

வாய் தொண்டை நோய்களுக்கு

Stomatitis, tonsillitis முதலிய நோய்களுக்கு சிறுநீரினால் வாய் கொப்பளித்து உள்ளே விழுங்கிவிடலாம்.

பல் நோய்களுக்கு

2-3 முறை புதிய சிறுநீரினால் வாய் கொப்பளித்து சிறுநீரால் ஈறுகளை நன்றாகத் தேய்த்துவிடவும். ஈறுவீக்கம் காரணமாக வலி வேதனை இருந்தால் ஒரு துண்டுப் பஞ்சை சிறுநீரில் தோய்த்து வைக்கவும்.

நோயாளியின் நோயைப் போக்குவதற்கு அவனது சிறுநீரையே குடிக்கக் கொடுக்க வேண்டும். தன்னுடைய சிறுநீர் எந்த நிறமாக இருந்தாலும், எந்த சுவையாக இருந்தாலும், எந்த நாற்றமாக இருந்தாலும் அதையேதான் குடிக்க வேண்டும். பிறரது சிறுநீர் தீங்குபயக்க வல்லது.

ஒருவன் மூர்ச்சை நிலையிலோ, விஷக்கடிபட்ட நிலையிலே உள்ளபோது ஆரோக்கியமான மற்றவர்களின் சிறுநீர் குடிக்கக் கொடுக்கலாம். ஆணெணில் ஆணுடையதும், பெண்ணெணில் பெண்ணுடையதும் தான் கொடுக்கப்படவேண்டும்.

முடிவுரை.

இவ்வளவு மருத்துவப் பயன்கள் மிகுந்த சிறுநீர் மீது மேலும் பல ஆய்வுகள் மேற்கொண்டால், எல்லா கொடிய நோய்களுக்கும் சிறுநீரானது பெரும் சவாலாக அமையும் என்பதில் ஐயமில்லை!

புதுயுகம் காண

பட்டினிச் சாவுகள் - பழங்கதைகளாகட்டும்!
வன்முறை வாழ்க்கை - வான்கடந்து ஓடட்டும்!
மனித நேயம் நம்மிடை - மறையாது வளரட்டும்!
உரிமைகள் சமமென்று உள்ளவரெல்லாம்
உணரட்டும்!
ஊழலற்ற சமுதாயம் - உலகத்திலே அமையட்டும்!
தலைசிறந்த நாடென்று -தரணியெல்லாம்
புகழட்டும்!
வளர்ந்து வரும் தலைமுறைகள் - வளம்கோடி
காணட்டும்!
வாடிவரும் சமுதாயம் - வளமாக வாழட்டும்!
இளம் மொட்டே புறப்படு!......

பெ. பாஸ்கர் சுரேஷ்குமார்,
இறுதியாண்டு B.S.M.S..,

புதுயுகம் கண்டுவிட்டால்
-எங்களுக்கும் தகவல் கொடுங்கள்
நாங்களும் வருகிறோம். - மலர்க்குழு

மூலிகை வினோதங்கள்

A. முகிலன்
IVth B.S.M.S

1. குதிக்கும் எலுமிச்சைப் பழம்.

ஒரு எலுமிச்சைப்பழம் எடுத்து அதில் துளைத்து கொஞ்சம் ஊசிக் காந்தத்தைப் பொடித்துப் போட்டு அடைத்து வாயை மூடி வெயிலில் வைக்க அப்பழமானது எழும்பி எழும்பி குதிக்கும் கொஞ்சம் இரசம் விட்டு அடைத்தாலும் குதிக்கும்.

2. நெருப்பை மெல்லும் வித்தை

வட்டத்திருப்பி வேரை பச்சையாக நன்றாக அரைத்து வாயில் அடைத்து கட்டை நெருப்பை வாயில் மெல்ல சுடாது. பற்கூசாது. இதை அக்கினி கட்டு என்பர்.

3. பாலைத் தண்ணீராக்க

எவ்வித பாலானாலும் சரி அதில் தாமரையின் விதை மணியை இடித்து பொடியாக்கி அந்த பாலில் தூவி விடவும். பாலெல்லாம் தண்ணீராகும். கொஞ்சம் தூவ பால் வேறு தண்ணீர் வேறாக இருக்கும்.

4. பாலை சர்க்கரையாக்கும் வித்தை

பசும்பாலை நன்றாக காய்ச்சி துத்தி வேர்களை கத்தையாகக் கட்டி அதனை துழாவிக் கொண்டு இருக்கும் பட்சத்தில் அது சர்க்கரையாகும். இதனை மேகவியாதி உடையவர்கள் சாப்பிடலாம்.

5. தண்ணீர் நெய்யாக

சப்ஜா விதைகளை தூள் செய்து அதில் கொஞ்சம் எடுத்து தண்ணீரில் போட்டு கையினால் அரைக்க அது நெய் போலிருக்கும். இவ்வாறு துளசி விதையிலும் செய்யலாம்.

6. மோர் தயிராக

அரைப்பானை மோருக்கு உழக்கு அளவு விலாங்காயை உலர்த்தி இடித்து தூள் போட்டு சிலுப்பி மூடிவைக்க அது தோய்ந்து தயிராக கூடிவிடும்.

7. பால் தயிராக

வாழைக் கிழங்கு சூரணம் போட்டால் பால் தயிராக மாறும்.

தொகுப்பு - மூலிகை ஜாலரத்னம்

புற்றுநோய் சிகிச்சையில் மூலிகை மருத்துவக் கண்ணோட்டம்

N.Gopalakrishnan
III B.S.M.S.

முன்னுரை

சித்த மருத்துவக் கொள்கைப்படி, உடல் இயங்குவதற்குரிய சக்தி (**Metabalic energy**) வாத, பித்த, கபம் என்று குறிப்பிடப்படும் மூன்று உயிர்த் தாதுக்களின் (**Humours**)செயல் பாட்டால் தோன்றுகிறது. நுண் உடலைக் குறிக்கும் (**Subtle body**) இம் மூன்றும் முறையே படைத்தல், காத்தல், அழித்தல் சக்தியையும் உண்டாக்கி பரு உடலின் (**Gross body**) ஏழு உடற்தாதுக்களிலும், அவற்றை ஆக்குகின்ற எல்லாச் செல்களிலும் செயல்படுகின்றன.

முக்குற்றமும், புற்றுநோயும்

வாதம் பழுதடைந்து தன் அளவில் மிகுந்து அதன் செயல் படும் வேகம் உடல் முழுவதிலுமோ அல்லது குறிப்பிட்ட உடற்கட்டிலோ பரவுவதால் அது செயல்படும் தாதுக்களும், உறுப்புகளும் பாதிக்கப்படுகின்றன. வாதச் செயலாகிய வளர்ச்சி அதிகரிப்பதால் பாதிக்கப்பட்ட உடற்தாதுக்கள் கட்டுப்பாடற்று வளர்கின்றன. கபத்தின் கூறாகிய, மண்ணின் பண்புகளாகிய வளர்தல், கனத்தல், பிளத்தல், காய்தல் போன்ற கிரியைகள் இவ் உறுப்புகிளல் மிகுந்து காணப்படுகின்றன. எனவே புற்று தோன்றுகிறது. இவ்வாறு தோன்றிய புற்று வளர்ச்சிகளைக் கபத்தின் ஆதிக்கமும் அதன் அம்சமான அப்புவின் கிரியைகளும் மேலும் வளரத் துணை செய்கின்றன. கபத்தின் ஆதிக்கத்தால் புற்று வளர்ச்சியைச் சுற்றிக் காணப்படும் ஆரோக்கியமான தாதுக்கள் கூடப் படிப்படியாக அழிக்கப்படுகின்றன. எனவே புற்று வளர்ச்சி தான் தோன்றிய தாதுவில் சுதந்திரமாக கிளம்புகின்றன.

இந்திய மருத்துவ முறைகளில் புற்றுநோய்

தமிழ் மருத்துவத்தில், புழல் எனபடுகின்ற உளீடு - தொளை உடைய கரையானின் புற்றைப் போன்று முடிவற்ற வளர்ச்சியுடைய நோயைப் "புற்று நோய்" என "கடம்ப புராணம்" போன்ற இலக்கிய நூற்கள் வாயிலாகவும், அகஸ்தியர் வல்லாதி - 600 புலிப்பாணி - 500 போன்ற மருத்துவ நூற்கள் வாயிலாக அறியலாம்.

புரையோடிய புற்று, இடிப்புற்று, கன்னப்புற்று, லிங்கப்புற்று, யோனிப் புற்று, அண்டப் புற்று, கால் புற்று போன்றவை பற்றிய குறிப்புகள் காணப்படுகின்றன.

"அண்டத்தின் புற்றும் அரையாப்பு விப்புருதி ...
"கண் விழுந்த காற்புற்று கான்றோடும்
"கன்னத்தின் புற்றும் கனத் தந் சூலைகளும்
"யோனிலிங்கப் புற்றினையுமோட்டு நரம்புச்சிலந்தி

- அகஸ்தியர் வல்லாதி 600

"ஓமே நீ குறிப்புற்று மற்றப் புற்று
ஒளிவான இடிப்புற்று கன்னப்புற்று"

- புலப்பாணி - 500

தமிழகத்தில் கரையான்புற்று, புற்றுமண், புற்றாஞ் சோறு, புற்றீசல் இவைகளைப் பற்றிய யாக்கோபு வைத்திய சிந்தாமணி ஐங்குறுநூறு போன்ற நூற்கள் குறிப்பிடுகின்றன.

யாகோபு என்ற சித்தர் வால்மீகம் என்று கரையான் புற்றை குறிப்பிடுகிறார்.

ஆயுர்வேதத்தில் புற்று வளர்ச்சிகளை
1. வால்மீகம் (தீங்கில்லா வளர்ச்சிகள்)
2. அற்புதம் (தீங்கிளைக்கும் வளர்ச்சிகள்)
என இருவகயைாகப் பிரித்துக் கூறுகின்றனர்.

சுஸ்ருத சம்ஹிதை என்ற ஆயுர்வேத நூலில் நிதானம் என்ற பிரிவில், அத்தியாயம் 11, 12 இவற்றிலுள்ள சமஸ்கிருத ஸ்லோகங்களின் தமிழாக்கம்

வால்மீக ரோகக் குறிப்புகள்

நோய் தாக்கிய பகுதியில் புற்றுப் போன்ற வளர்ச்சிகளும், அவற்றில் விறுவிறுப்பான ஊறலும், குழிப்புண்ணும், சீழும், அதிக நீர் வேட்கையும் தோன்றும்.

அற்புத ரோகக் குறிகள்

உடலின் மாமிச தாதுவின் நிலை குலைந்து குற்றங்கள் நெருக்குவதால் நிலைகெட்ட மாமிசத்தில் புது வளர்ச்சிகள் தோன்றுகின்றன. இவ்வளர்ச்சிப் பகுதிகள் கல்போன்று திடமாகவும் கரடு முரடாகவும் காணப்படும். இத்தீங்கிழைக்கும் வளர்ச்சிக்குக் கபம் துணை புரிவதால் அது புண்ணாகி சீழ்வடியும், வலி குறையும்.

சுஸ்ருதர், அற்புத நோயை வாதாற்புதம், பித்தாற்புதம், கபாற்புதம், ரக்தாற்புதம், மாம்சாற்புதம் மேதோ அற்புதம் என ஆறுவகைகளாக்ப பிரிக்கின்றனர்

கழலை (புற்று) களின் வகைபாடு

1. நிணக் கழலை (Lipoma)
2. மணற் கழலை (Sand tumour)
3. சிலந்திக் கழலை (Carcinoma)
4. என்புக் கழலை (Osteoma)
5. இரத்தக் கழலை (Adenoma)
6. அதிமாமிசக் கழலை (Sarcoma)
7. நார்க் கழலை (Fibroma)
8. முருந்துக் கழலை (Chondroma)
9. நரம்புக் கழலை (Glyoma)
10. பருக் கழலை (Condyloma)
11. விஷக் கழலை (Malignant Tumour)
12. நிணநீர்க் கழலை (Lymphoma)
13. இரத்தகுடாக் கழலை (Cavernoma)
14. காளான் கழலை (Fungus like tumour)
15. ஓடு கழலை (Migratory tumour)
16. பிணி நீர்க் கழலை (Cystic tumour)
17. பூர்வ கழலை (Hylic tumour)
18. சுத்த கழலை (Innocent Tumour)
19. முலை முகக் கழலை (Papilloma)
20. அண்டக் கழலை (Skull Tumour)

T.V. சாம்பசிவம் பிள்ளை
தமிழ் அகராதி.

செல் சுழற்சியும், புற்று எதிர்ப்பு மருந்துகளும் (Cell Cycle and Anti Cancer drugs)

ஒவ்வொரு பிளவுறும் செல்லும் மைட்டாஸிஸ் செல்பகுப்பில் தொடங்கி, மைட்டாஸிஸிலேயே (Mitosis) முடிகிறது. செல்லானது பிளப்பு முடிந்ததும் செல் வளர்ச்சியின் முதல் படியை அடைகிறது. (Growth Phase G_1) இந்தப் படியானது நிகழ்வதற்கு சில மணி நேரங்களிலிருந்து சில ஆண்டுகள் வரை ஆகிறது. இந்தப் படி நிலையிலேயே ரிபோ - நியூக்ளிக் அமிலமும் (R.N.A) புரதமும் (Protein) தயாரிக்கப்படுகின்றன.

அடுத்தபடியாக உற்பத்திப் படி (Synthetic Phase - S) நிகழ்கிறது. இது நிகழ்வதற்கு 6 முதல் 8 மணி நேரம் ஆகிறது. இந்தப் படியில் டீ-ஆக்ஸிரிபோ நியூக்ளிக் அமிலமானது குரோமோசோம்களினுள்ளே பியூரின்களாகவும் பிரிமிடின்களாகவும் இரண்டாகப் பிளவுறுகிறது.

இந்த உற்பத்திப்படியானது வளர்சிதை மாற்றத் தடுப்பிகளால் (Antimetabolites) செயல் பாதிப்பு அடைகிறது. அடுத்து இரண்டாவது வளர்ச்சிப்படி (Growth Phase - G_2) தொடங்குகிறது. சைட்டோப்பிளாசத்திலுள்ள புரதங்களைத் தடுக்கின்ற மருந்துகளால் இந்தப் படியானது கட்டுப்படுத்தப்படுகிறது. இந்தப்படியானது "M" Phase என்ற படியில் முடிகிறது. "M" Phase ஆனது 1 மணி நேரம் நீடிக்கிறது. இதுவே செல்பிரிவுப்படி (மைட்டாடிக் படி) எனப்படுகிறது. தாவர வேதிப் பொருட்களாகிய (Phytochemicals) ஆல்கலாயிடுகளும், Colchicine என்ற பொருளும் இந்தப் படியினைத்தான் கட்டுப்படுத்துகின்றன. தடுதது நிறுத்துகின்றன (Inhibitors). கலப்பை கிழங்கில் (Gloriosa superba) Colchicine பிரித்தெடுக்கப்பட்டுள்ளது.

நித்திய கல்யாணியிலிருந்து (Vinca rosea) கிடைக்கும் வின்கிரிஸ்டின், வின்பிளாஸ்டின் போன்ற ஆல்கலாய்டுகள் மைட்டாஸிஸ் செல்பிளப்பில் மெட்டா நிலையில் (Metaphase) மைக்ரோ பியூல்களை அழித்து கொழுப்புச் சத்துள்ளள கதிர் நார் அமைப்புகளை (Spindle Formation) பாதிக்கின்றன.

வின் பிளாஸ்டின், Chorionepithelioma வகைப் புற்றுக்களையும், வின் கிரிஸ்டின் Acute lymphoblastic leukemia வகைப் புற்றுக்களையும் அழிக்கின்றன.

சேராங்கொட்டை - புற்று நோய் சிகிச்சை கண்ணோட்டம்

எண்ணெயின் சத்துக்கள்

(Constituents of Oil)
Unsaponifiable matter - 5.14%
Fatty acids - 36 to 65%
Phenolic costituents - 42.69%

வேதிப் பொருட்கள் (Phyto Chemicals)

இந்த அரிக்கும் தன்மையுள்ள எண்ணெய்ப் பொருளானது 90% அனகார்டிக் அமிலம் எனப்படும் ஆக்ஸி அமிலத்தைக் கொண்டுள்ளது. இதில் கார்டால் எனப்படும உயர் ஆவியான ஆல் கஹால் (Higher Non - volatile alchol) அடங்கியுள்ளது. இந்த எண்ணெய்ப் பொருளிலிருந்து அனகார்டால் (Anacardol), கேட்டிகால் (Catechol - dihydroxy phenol), monohydroxy Phenol போன்றவை பிரித்தெடுக்கப்பட்டுள்ளன. செமிகார்ப்பால் எனப்படும் மோனோ ஹைட்ராக்ஸி ஃபீனால் 0.1% அளவுக்கு கனித்தோலின் சாறில் உள்ளது. மேலும் ஆர்த்தோ டைஹைட்ராக்ஸி அமைப்புடைய பிலவனால் (Bhilawanol) எனப்படும் வேதிப்பொருள் 46% அளவுக்கு கனித்தோல் சாறில் உள்ளது.

விதைகள், கதிர்வீச்சுத் தன்மையுள்ள பொட்டாசியம் சத்தைப் (Radio - active Potassium) பெற்றுள்ளன.

பம்பாயிலுள்ள (Tata Institute of Fundamental Research Institute - Bombay) Dr. B.G. Vad) அனகார்டியம் ஃபோர்ட் என்ற தயாரிப்பு 1967 - 68 ஆம் ஆண்டு தொடங்கப்பட்டது.

கொட்டை : விதை = 1 : 200 என்ற விகிதத்தில் தயாரிக்கப்பட்ட இந்த மருந்து புற்றுநோய் எதிர்ப்புத் தன்மையுடையது. சேங்கொட்டைச் சாறு (Oily extract) 2 வாரங்கள் மட்டுமே வாழக் கூடிய புற்று செல்கள் உண்டாக்கப்பட்ட சோதனை விலங்குகளை 18 மாதங்கள் வாழ வைத்தது. Anacarcin Forte என்ற மருந்து 20 to 40 மி.கிராம் தினமும் வழங்கப்பட்டு, நாக்கு, உதடு, கன்னம், மேல் தொண்டை, உள் தொண்டை (Hypophanynx) உணவுக் குழல் போன்ற இடங்களில் தோன்றிய புற்றுகளை அழித்தது.

Pharmacognosical Report

Hembnee et at "1978 reported that the major cyto allergenic compounds of Semicarpus Anacardium nuts are the "Pentade cytlcatechols having anticarcinomic effect in naso - pharyngeal cell culture system.

முடிவுரை

செல் பிளப்பு மாற்றங்களை அடிப்படையாகக் கொண்டு மட்டுமே இதுவரை கூறப்பட்டது. DNA மாற்றங்கள் எனப்படும், மிக விரிவான மரபியல் துறை (Genetical Studies), புற்று நோய்க்காரணங்களை பலவிதங்களில் விளக்குகிறது. புற்று செல்களில் Anti Cancer Gene ஆராய்ச்சிகள் உலகமெங்கும் நடைபெற்று வருகிறது. இறுதியில் அனைத்து நோய்க்கும் மருந்தினை அளித்து வரும் மூலிகைகளே இந்தக் கொடிய புற்று நோய்க்கும் முடிவினைக் கொண்டு வரும் என்பதில் ஐயமில்லை. சேங்கொட்டையில் தாதுப் பொருட்களின் தன்மை இருப்பதாகக் கருதப்படுவதால் அதே போன்ற தன்மையுடைய மூலிகைகளையும், இதே கண்ணோட்டத்தில் ஆராய்ந்தால் புற்றுத் தடுப்புச் சாத்தியமாகும்.

Reference

Pharmacognosy of Indigenous drugs - CCRI

புதிய புத்துணர்ச்சி பானம்

நாள் ஒன்றுக்கு 1 ஆப்பிள் சாப்பிட்டால் மருத்துவச் செலவு அவசியம் இருக்காது எனப் பொருள்படும் வகையில் "An apple a day, keeps the doctor away" என்று கூறுவர். ஆப்பிளில் மட்டும் இது இல்லை. 1 டம்ளர் காந்தத்தன்மை ஊட்டப்பட்ட (magnetised Water) தண்ணீரால் முடியும் என்று பெங்களூர் ஆஸ்டர் மேக்னடிக் சென்ட்டர் அறிவித்திருக்கிறது.

1 டம்ளர் தண்ணீரை இருகாந்த துண்டுகளுக்கு இடையில் இரவில் வைத்துவிட்டு, மறுநாள் அதிகாலை காந்த சக்தி பெறப்பட்ட இந்த நீரைப் பருக வேண்டும். இந்த நீர் இரத்தத்தில் கலந்து அதில் உள்ள இரும்பு சத்திற்கு காந்த சக்தியை அளிக்கிறது. இதனால் இரத்த ஓட்டம் சீரடைந்து இரத்தத்தில் கூடுதலாக உள்ள Ca கொழுப்புச் சத்து மற்றும் வேறு அசுத்தங்கள் இரத்த நாளங்களிலிருந்து வெளியேறி உடல் சுறுசுறுப்பாகவும், உற்சாகமாகவும் இருக்க உதவுகிறதாம்.

S. இந்திரா
இறுதியாண்டு B.S.M.S.

தனக்குத் தானே
சமாதி கட்டிக் கொள்ளும்
பட்டுப் பூச்சியைப் போல்
உன்னால்
எனக்குள்
எனக்கு நானே
எனக்கொரு
கல்லறையை கட்டுகிறேன்
உன்னை விடவா
மரணம் கொடியது.

by
DR. P.R. இராமசாமி

வஞ்சியவள் துணையிருந்தால்

முழுமதி போல்
முகந்தனிலே
பொலிவிருக்கும்.

அப்பொலிவினிலே
மன்னன்
இவன்
செயல் சிறக்கும்

மின்னுமவள்
இமைகளிலே
நடிப்பிருக்கும்,
அந்த நடிப்பினிலே
என்
உயிரும்
துடித்திருக்கும்

கன்னியவள்
அதரத்திலே
சிவப்பிருக்கும்
அச்சிவப்பினிலே
சிரிப்பொன்று
மறைந்திருக்கும்

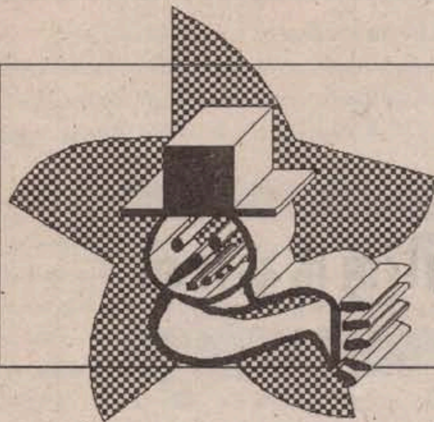
பேதை கொஞ்சும்
சொற்களிலே
கவியிருக்கும்
அக்கவியினிலே
கம்பனுக்கும்
களி
பிறக்கும்

கைப்பிடிக்கும்
அபிநயத்தில்
கலையிருக்கும்
அக்கலையினிலே
ஒரு
கோலமயில்
கொலுவிருக்கும்

தழுவுகின்ற
பார்வையிலே
சுகமிருக்கும்
அச் சுகத்தினிலே
மனம்
எங்கோ
சிறகடிக்கும்.

வாழ்வினிலே
வரவிருக்கும்
வஞ்சியவள்
துணையிருந்தால்
வசந்தம் என்றும்
நிலைத்திருக்கும்.

அ.முஹமது உஸ்மான்
நிறைவாண்டு பி.எஸ்.எம்.எஸ் .



Smile

Your face with a smile is a good combination
for which there is no examination
Nor a class of demonstration
You don't have to learn of its formation
Nor do you need any information.
To smile you don't need as Association
By a smile you don't harm the a Nation
But you would gain a lot of Attraction
For, to smile there is no limitation
It is not a harmful Action
Nor it is filled with Transactions,
So to start you don't need a celebration
Neither do you need an Ordination
Nor do you need an Occupation
So smile to Glorification.

So Start Smiling! We're awaiting!!

- Magazine Committee

Composed by
B.SUBHA
III.B.S.M.S.

SMILE

Dr.(Miss) G. MOHANAMBIGAI
II M.D.(S)
MARUTHUVAM (POTHU)

Smile is the shortest distance between two people. By practice they wil appreciate its curve which can set a lot of things straight

Smile brings rest to the weary
Cheer to the discouraged
Sunshine to the sad, & its
Nature's best antidote for trouble

Smile cannot be bought, selled, begged, borrowed or stolen for its something thats of no value to anything until its given away.

"A successful man one who can lay a firm foundation with the bricks that others throw at him". In time of sorrows it nourishes by educating "Everyman is the architect of his own fortune".

A smile cost nothing but gives much. A smile creates happiness in the home, fosters good will in business and is countersign of friendship, only it has been told "Sing and smile" under all difficulties. Smile is the key that opens every heart.

SMILE

Hi! Hi! Hi! ....

- The Magazine Committee -

ஸ்நேகத்தை ஸ்நேகிப்போம்

பாதிப்பு. **பாலகுமாரன்**

இருபத்தியொரு வயதில் குழப்பமில்லாதவன் ஞானி அல்லது மரக்கட்டை. ஸ்நேகத்தை பற்றிய குழப்பத்தின் விளைவுதான் இக்கட்டுரை.

மனிதன் தன் இயல்பை இயல்பாய் இந்த தேசத்தில் வெளிப்படுத்த முடிவதில்லை. பிறப்பு முதல் இறப்பு வரை ஆணுக்கும் பெண்ணுக்கும் உள்ள உறவுக் கயிறு அறுபடுவதேயில்லை.

ஆண் ஆரம்ப நாட்களில் கருவறையில் சுகமாய் தூங்கி வாழ்நாளைத் தொடங்குகின்றான். வளர்ந்த பின்பு தாய் கொடுத்த களைப்பாற்றலை இளம் பெண்ணிடம் தேட ஆரம்பித்து திருமணம் என்னும் பந்தத்தின் மூலம் தன் அகங்காரத்தை இறக்கி வைக்கிறான். எல்லா காலத்திலும் ஆணும் பெண்ணும் பிரிக்க முடியாத பிணைப்பு.

பெரும்பாலான பெண்கள் காதலுக்கு உரமான வெட்கத்தை மட்டுமே கொண்டு காதல் நினைவுகளை வளர்த்துக் கொள்கின்றனர். வெட்கம் ஓர் சுகமான விஷயம். பழகப் பழக பிடித்துப் போகும், மீண்டும் வெட்கப் படமாட்டோமா என்று தோன்றும். வெட்கப்பட்டதை மனசு நினைத்து நினைத்து வெட்கப்படும்.

ஒவ்வொரு பெண்ணிற்கும் தான் காதலில் ஈடுபடவேண்டுமென ஆசை, ஆனால் காதலிப்பதற்கு பயம். தான் கவர்ச்சியாய் இருக்க வேண்டுமென்று ஆசை. ஆனால் தன் கவர்ச்சியே தனக்கே ஆபத்தாக அமையுமோ என்று பயம். இவ்வாறு குழம்பிய மனதுடன், வாழ்ந்து இயல்பினை வெளிப்படுத்த முடியாமல் சந்தோஷமாய் தூங்க முடியாமல், காலங்கள் கடந்த பின் "வீணடித்து விட்டோமே" என கழிவிரக்கம் கொள்கிறார்கள்.

பெண்ணின் நிலை இவ்வாறு இருக்கக் காதல் வயப்படும் ஆணுக்கு ஆரம்ப கட்டத்தில் பெண்ணின் உடம்புதான் அவனுக்கு செய்தி. அங்குதான் அவன் தடுமாற்றம் துவங்குகிறது. அவள் திரட்சியும், மிரட்சியும் அவனைக் கவர்கிறது. அவளின் ' கண்களும் உதடுகளும்தான் மனதில் முதன் முதலாய் கல்வெட்டுப் போல் பதியும் பொறுப்பான ஆணுக்கும் இக்குழப்பம் வர, தன் தலையில் தானே தட்டி அப்புறப்படுத்திக் கொள்கிறான். பார்ப்பதைத் தவிர்த்து, பார்த்ததை அழித்து விடுகிறான்.

இதனால்தான் காதலர்களைப், பைத்தியம் என்று கூறி தண்டிக்க ஆவல் கொள்வர். இவ்வாறு தண்டிப்பதற்கு உண்மையான காரணம் " தன்னால் மீறமுடியவில்லை" என்பதே.

ஆனால் காதலர்கள் ஒரு வகையில் போற்றத்தக்கவர்களே. எல்லோரும் தனக்கு, தனக்கென இறுக்கி வைத்துக் கொள்ளும்போது "தன்பலம் இது, தன் பலவீனம் இது" தன் அகங்காரத்தை இறக்கி வைப்போர் மற்றவர் கண்களுக்கோ "பைத்தியம்." தற்போதைய காலகட்டத்தில் காதல் கொள்வது அபாயகரமான வானவேடிக்கை போன்றது. முடிந்த பிறகும் கண்களுக்குள் நின்று மீண்டும் மீண்டும் வண்ணமாய் தோன்றும் வான வேடிக்கைபோல காதல் நினைவுகள் மட்டும் பிரிந்த பிறகும் மறுபடி சந்திக்கும் வரை மனதில் தங்கி சந்தோஷப்படுத்தும். ஆனால் நடைமுறையில் காதலித்தவளையே மணந்து கடைசி வரையில் அவளை சந்தோஷப்படுத்தி நாமும் சந்தோஷமாய் இருப்பது அரிதானதே. மேலும் காதலினால் விளையும் கவலையும் துன்பமும் கூட வானவேடிக்கை போன்றுதான். ஒரு கவலை வெடிக்க மறு கவலை சிதறும். இதனை தாங்கும் உள்ள வலிமை காதலர்களுக்கு அவசியம்.

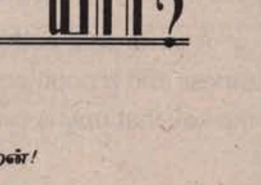
எனவே இவற்றை கருத்தில் கொண்டு பெண்ணுடன் காதல் என்ற நிலையில் இருந்து விலகி "ஸ்நேகம்" என்ற வரைமுறைக்குள்ளே உறவு காள்வோம். படிப்பு, பாட்டு, யோசனை, பேச்சு என ஒவ்வொன்றிலும் கூடல் கொள்வோம்.

இசையும் லயமும் கூடித்தான் பாட்டு.
புத்தகமும், கண்ணும் கூடித்தான் படிப்பு

எனவே வாழ்வில் கூடல் என்பது தவிர்க்க முடியாததே!....

யார்?

வாலாட்டி அலைகின்றேன்!
நான்!
வள்ளென்று குரைக்கின்றாய்!
நீ!
நம்மில்
யாரடி "நாய்"



கே.கே.ஓம்பிரகாஷ்
IVth B.S.M.S.

LEECH - HIRUDINA MEDICINALIS

அட்டையில் ஆணும் பெண்ணும்

Compiled by
V. Srividya and **J. Shobana**
III B.S.M.S.

Classification
Kingdom - Animalia
Sub Kingdom- Invertebrata
Phylum - Annalida
Sub Phylum - Gnathobdellae
Games- Hirudina
Species - Medicinalis

Introduction.

All of us know leech as a hermaphrodite. But the Siddlhar's have spoken about a male and female leech. This is just a lucid analysis about the scientific background of this concept of the siddhars.

Hermaphrodite

A single organism that is capable of producing both sex cells (Gametes) is referred to as a hermaphrodite

Modes of Reproduction in Hermaphrodites

The hermaphrodites exhibit two different modes of reproduction viz *UNIPARENTAL and BIPARENTAL*

(I)UNIPARENTAL

In this type of reproduction gametes are produced in such a way that they mature simultaneously and self fertilization becomes possible.

(II) BIPARENTAL

In this type of reproduction gametes are produced in such a way that the gametes mature not simultaneously and so self fertilization becomes an impossibility.

Among hermophrodites the biparental type of fertilization is more prevalent though uniparental type occurs rarely depending on the species.

REPRODUCTIVE SYSTEM IN LEECH

(I) The reproductive system is made up of a pair of ovaries and several pairs of testis

(ii) They are present relatively in few segments. Ovaries from the 13th to the 14th segments male sex organs from the 9th to the 12th segments.

(iii) The female sex organ consists of the ovaries and the oviduct and the male sex organ consists of the testis and the spermiduct

Reproduction

(i) During the mating season the medicinal leech crawls on land to find a suitable parenter.

(ii) During copulation the gnathobdellids lie with their ventral sides towards one another and exchange sperms.

(iii) The ripened sperms are injected into the partner by means of an extrusible copulatory organ (sperm funnel)

(iv) The sperms are stored by the partner in the spermatheca, a part of the female reproductive system.

(v) During oviposition, the clitellum secrets a mucous tube around the worm.

(vi) The worm retreats backwards out of this tube and releases within it the ova from the oviduct and the partner sperm from the spermatheca

(vii) The slime tube then hardens to form a capsule (Cocoon)

(viii) Within it the sperm fertilizes the ova

(ix) The young worms develop inside without passing through the larval stage.

ROLEPALYED BY THE BRAIN

(i) The Gnathobdellids have specialised neuro secretary cells.

(ii) The brain produces a Juvenile hormone that influences the reproductive system.

(iii) This hormone is also responsible for the transformation from an a sexual state (atokous) of the worm into a sexually active reproductive form.

(iv) Another hormone recently reported to be secreted by the posterior part of the Supra oesophagial ganglion and is needed for the ripening of eggs and spawning.

INFERENCE:

This type of reproduction is a unique case because

(i) Leech a hermaphrodite thus as a rule first behaves as a male and then as a female

(ii) Following a true copulation the fertilization does not occur within the animal so the song

"அட்டையில் ஆணும் பெண்ணும் அறிந்திட
வேணுமாகில்
கொட்டியும் பதுமந்தானுங் கூடவே நீரில்
போட்டால்
அட்டையை விட்ட வாறே ஆண் பதுமத்திற் சேரும்
கொட்டியிற் பேடு சேரும் குறிதனை யறிந்து
கொளளே"

should evidently refer to leech as a hermaphrodite behaving as a male when exchanging sperms and as a female when releasing the ovum, and not as two different individuals, the male and female, the way the song is usually interpreted. And the leech exhibiting an attraction towards the "Padumam" in the masculine stage and and attraction towards "kotti" in the feminine stage is upto practical research to prove.

BIBLIOGRAPHY

1. Grizemeks Animal life encyclopedia
2. Encyclopedia of Animal world
   -By Elsevier International Products
3. Animal Physiology and Ecology
   By Dr.P.S.Varma, Dr.V.K. Agarwal and Dr. B.S. Tyagi
4. A text work of Zoology
   Parker and Harswell

MATHAMATICALLY YOURS

C. Chandra Sekaran
Final B.S.M.S.

I Multiplication of one gives a

<u>Pyramid</u>

1	X	1	=	1
11	X	11	=	121
111	X	111	=	12321
1111	X	1111	=	1234321
11111	X	11111	=	123454321

II Some interesting results:

0	X	9 + 1	=	1
1	X	9 + 2	=	11
12	X	9 + 3	=	111
123	X	9 + 4	=	1111
1234	X	9 + 5	=	11111
12345	X	9 + 6	=	111111

Mr. Sekaran - multiply 12345678 with 9 - Magazine Committee

என்னடா காதல்

காதல் என்னடா காதல்? அந்தக்
காதலை காட்டிலும் மேலாகும் சாதல்!
காதலித்துப் பார்த்தேன் நானுமொரு பெண்ணை - அவள்
கைவிட்டோடினாள் பாதியில் என்னை
பெண்களின் சிரிப்பும் பேச்சும் வேடம் - ஆடவர்
பெருமை நெஞ்சில் மிதக்கின்ற ஓடம்
கன்னியரைக் காதலித்தால் தப்பினும் தப்பு – அன்னார்
கரிக்கின்ற கடலின் உப்பினும் உப்பு
காதலே காதலே ஒத்திப்போ - இங்கு
காதலை மதிப்போரில்லை செத்துப் போ

நண்பா உனக்கு ஏனிந்த நோதல்?!...
- மலர்க்குழு

by
V.மனோகர்
இரண்டாம் ஆண்டு B.S.M.S.,

புது விடியல்

P.Premalatha
IIB.S.M.S.

பெண்ணே - உன்
கண்களில் ஏன்
கண்ணீர் மாலை?

அஸ்தமிக்கப் பட்டிருக்கலாம்
உன் ஆற்றல் இன்று - உனக்கென்று
உயரிய விடியல் வரும் நாளை

இந்த விழிகளின் ஓரம்
இருக்கின்ற ஈரம்
விலக வேண்டிய நேரம்

குளத்து நீர் கொதித்தால்
தாமரை என்ன கருகுதா?
ஆற்றில் வெள்ளம் அடித்தால்
அயிரை மீன் அழுகுதா?
நீ வாங்கிய துயர அடிகள்
உன் வெற்றியின் படிகள்

மனமே - நீ மயங்காதே
மலர் போல் நீ மடியாதே
காலம் வரும் உனக்கு இந்த
உலகம் வெறும் கணக்கு
உண்மை இங்கு இருக்கு - பின்பு
கலலை எதற்கு உனக்கு

விதி ஒன்று இருக்கிறது - அது
விடை ஒன்று அளிக்கும்
ஒளி ஒன்று பிறக்கும் - இனி
வழி ஒன்று கிடைக்கும்

பெண்ணே - உன்
நெருப்பு விழிகளால்
யுகப்புரட்சிக்கு
வகுப்பெடுக்க - எங்கள்
வாழ்த்துக்கள்

- மலர்க்குழு

K. Ravi Kumar
5th B.S.M.S

Beauty Of Innocence

He sat under the tree as hands folded around the knees up with downed head on it. Birds saw the clouded sky and sang songs as they sit in the nests and found no grain to eat. He saw the melting image Jeelu nearing him, not reaching him

Jeelu often tends to leave this world and its the place to console her. The large mango tree around which thick bushes are found where rabits even rats do wander. One day in her conscience she slept there. Some poisnous bite on her left chest made Jeelu breathless and eyes closed. She was rushed to Manoj a boy doctor who has just entered Medical College.

Manoj heard the last beats of her heart, Manoj Pressed his mouth on her lips and hands to and fro on her chest, few minutes later she opened her eyes kissing a pair of small eyes. After a week she went to him. He has been examining her heart but she did his innocence. His anger eyes made her shivering, Jeelu added a lie night blindess. He left her heart to eye after few seconds made a Smile and kissed her eyes fifty and plenty.

" No days passed She was killed in an accident."

"Ashes of her youth lie as death bed" She has dead still he love her beauty, he mean to say her innocence and patience.

"*Make hay while the Sunshines*"

- The Magazine Committee -

ZAPPER'S FEVER

Kannan S. Ramesh
IVth B.S.M.S. U.G.C.

Definition and Etiology

Zapper's fever is an indiscernible inner febrile illness resulting from affection with HUMAN LOVE VIRUS which longs to make (mar) the adolescent H.Being by forging indissociable relationship between them.

Mars is said to be the carvan that helps the HUMAN LOVE VIRUS - HLV traverse the Universe on Earth the HLV immigrants are rampant even in penurious countries like India and somalia populated by mendicant races born out of destitution. Adolescent chaps and spinsters are susceptible and conducive to HLV infection and replication

Factors

1. CLIMATE

Youngsters are seen more vulnerable to HLV INFECTION in winter and spring than summer and autumun. During April - May most of the HLV die out

2. TIME

HLV is in its active form in the evening hrs. Adversely. Sultry weather foils smoils and spoils the congenial and piquant atm - required for HLV transformation

3. PLACE

After the invention of bus HLV group has begun taking shelter in bus-stops particularly video equipped Bus - stops in T.N. HLV sets out loitering and strolling like a Nomadic truant and makes the visitants dither slither and tether to the precincts withering their shrewedness. Sight seeing process wields the world. Besides Bus, Park, Beach, Cinema Theatre, Religious Stations Shopping complex --- Sorry -- impracticable

College and HLV

College going casanovas and NYmphs are distorted to indulge in amorous games. They will be squandering their times away in exchanging letters parcels. Greetings smickering and so on. Some fellows go on to the extent of celebrating two or three birth days in a year to attract the attention of their loved. Deep studies show inferiority complex is the inducing cause behind many of the HLV infected college students EŞP Poodle fakers.

Post Men

From times immemorial dove. Swan then Post men have been playing an important role in HLV infection.They are (HLV) LOVE - MONGER

They are distributing Billites - doux (L.Letter) from one host to the another. On receiving the Billetes doux the HLV recepient will begin drifting in to the (reveries) dream world. The scientists who ventured study ing the role of Post-men were shocked and confused at the fact that Post men did not fall Prey to flirting -fever. How they remain immune remains unresolved.

Mode of Infection:

HLV an inborn virus of H.Being is in its Hibernate state until the carrier turns 15. Then it begins

to create some ultra violet rays of its specific wave length. Once it is matched by some one's.... the opposite gender succumbs to run parallel to the U.V. ray creating H.Being.

Signs Symptoms

Most of the Symptoms well you're acquainted with can not be given here.

Ground Nut Frying

Frying is the valid sign to differentiate the HLV host from others. They will be speaking about the things of No use like a Moronic child in a puerile manner. They'll imprudently identify themselves with the stars of filmdom.

Some Strange Cases. - Edwiomania

Some fellows believed to be the sons of cupid God are considering the opposite gender as T.V. Channel. They are flirting with channels devoid of conscience so that they are enjoying the company of the channel which is available

Heart's Atrophy:

The HLV induced Zapper's fever-unattended may run Severe course and ruin the heart. The S1, S2 sounds are lost they are replaced with the first two letters of the loved one's name. The entire onus of Blood Purification is shouldered by Sweat glands kidney lymph glands Nains, hari.

Treatment and management

There is no Permanent Treatment. The infected fellows parents should be informed of the fever. The affected may be estranged by inducing the F.H. Being to tie a a Ratzha - banthan

Prognosis

The HLV fever may recur after two year (or) Persist. In the case Tab-Espousal is the best to Proscribe sorry Prescribe. Pronounced case can be cured of by i.v. elixir - elope.

ஊரும் புதிரும்

1. வெள்ளைக்கார ஊர்
   - ம"துரை"
2. . படுக்கையோடிருக்கும் ஊர்
   - பம்"பாய்"
3. உட்காரச் சொல்லாத ஊர்
   - "எழு"ம்பூர்
4. சந்நியாசிகட்குப் பிடித்த ஊர்
   - உத"கமண்டலம்"
5. வெண்மையான ஊர்
   - போ"பால்"
6. மரியாதை தராத ஊர்
   - விஜய்"வாடா"
7. தடித்த ஊர்
   - "குண்டூ"ர்
8. முட்டை நிறைந்த ஊர்
   - "Egg" மோர்
9. மணமாகாத ஊர்
   - "கன்னி"யாகுமரி
10. கட்டிடப் பொருளால் ஆன ஊர்
    - "செங்கல்"பட்டு

R. Sathis
I B.S.M.S.

கனவுகளைக் கவிதையாக்குவீர்

G. சிவராமன்
பயிற்சி மருத்துவர்

கருத்துக் கோவை ஒரு பலம்
காதல் உணர்வு அரை பலம்
எடுத்து
கற்பனைச் சாறுவிட்டு
கவிக்கு மட்டும் அரைத்து
இதய அகலில் வைத்து
சிலை செய்து - நனவில் உலர்த்தி
நூறு எண்ண வரட்டியில்
புடமிட்டு எடுக்க
கனவு கவிதையாகும்!

- அனுபவமுறை

(கவிதை மருந்தாகுமோ? மலர்க்குழு)

VISUAL - WASTE

Dear friend,
I think
you have clicked a
Love snap
in your
Heart Camers;
Please
Process it with
"Practical" Solutions.
Before developing
and printing
It may
save you from
shaked lives

(Are you a Unique Photographer)
- Magazine Committee

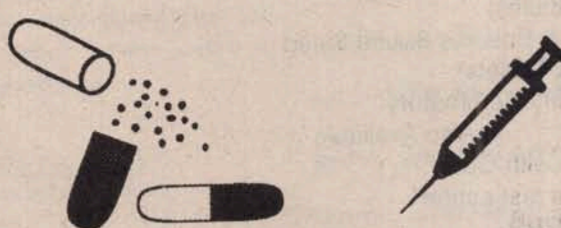
G. Siva Raman
House Surgeon

நிலவின் நிரந்தர இடம்
ஆகாயம்
என் நிலவே உன் நினைவால்
என் மனதில் நிரந்தரமாகவே
ஆ .....! காயம்

M.ரமேஷ் ராஜப்பா
IV B.S.M.S

சிறிய காயம் பெரிய துன்பம்
ஆறும் முன்ளே ராஜப்பா
அடுத்த காயமா?

- மலர்க்குழு



எலும்பு மூட்டு மருத்துவத்தில் வர்மத்தின் பங்கு

யோ.இராமனேக்ஷா
IV B.S.M.S.

எலும்பு மூட்டு மருத்துவமானது (ORTHOPAEDICS) எலும்பு (Bone) மற்றும் மூட்டு (Bone Joints) பகுதிகளில் ஏற்படும் நோய்களுக்கான தனிப்பிரிவு மருத்துவமாகும். சித்த மருத்துவ நூல்களில், மூட்டுகளில் உண்டாகும் வாதம் (arthiritis) போன்ற நோய்களே குறிப்பிடப் பட்டிருக்கிறதேயன்றி மூட்டுகள் விலகல் (Dislocation) எலும்பு முறிதல் (Fracture) போன்றவைகள் குறிப்பிடப்படவில்லை. ஆனால் சித்த மருத்துவத்தின் ஓர் உப மருத்துவமான வர்ம மருத்துவத்தின் நூற்கள் இவற்றைப் பற்றி தெளிவாகவும் விரிவாகவும் கூறுகின்றன. எனவே எலும்பு மூட்டு மருத்துவத்தைப் பொறுத்தவரையில் சித்த மருத்துவம் வர்ம மருத்துவத்தின் மூலமே முழுமை பெறுகிறது எனலாம்.

எலும்பு மூட்டு மருத்துவமும், வர்ம மருத்துவமும்

வர்ம மருத்துவ நூற்களில் எலும்பு மூட்டு மருத்துவம் பற்றிய செய்திகள் காணப் பெறினும், உண்மையில் இவை இரண்டும் இருவேறு மருத்துவ முறைகளாகும். வர்ம மருத்துவம் என்பது உடலிலுள்ள வர்ம தலங்கள் எனப்படும் வாசி நிலையங்களைத் தூண்டுவதன் மூலம் நோய்களைக் குணப்படுத்தும் முறையாகும். எலும்பு மூட்டு மருத்துவத்தை அறிந்து கொள்ள வர்ம மருத்துவம் பற்றி ஓரளவு அறிந்து கொள்ள வேண்டியது அவசியமாகிறது.

எலும்பு முறிவுகளில் வர்மத்தின் முக்கியத்துவம்.

வர்மம் வரும் வழியை வைத்து அதை இரு வகையாக வகைப்படுத்தலாம். அவை உடற்கூறு மூலம் வரும் வர்மங்கள் (Anatomical Varmas) உடலியங்கியல் மூலம் வரும் வர்மங்கள் (Physiological Varmas)

(அ) மரணத்தை உண்டாக்கும் எலும்பு முறிவுகள்

உடற்கூறு மூலம் வரும் வர்ம தலங்களில் எத்தருணத்தில் காயம் ஏற்படினும் வர்மம் ஏற்றுக் கொள்ளும். இத்தலங்கள் சிலவற்றின் எலும்புகள் முறிவுக்கு உட்படும்போது மரணம் ஏற்படுகிறது. (உதாரணம்)

திலர்த வர்மம் (A place in between the Frontal and two nasal bones)

உடலியங்கு இயல் மூலம் வரும் வர்ம தலங்களில் குறிப்பிட்ட காலத்தில் குறிப்பிட்ட நேரத்தில், அதாவது சரம் எனப்படும் வாசி நிலை அத்தலத்தின் உட்பகுதியில் நிலைத்திருக்கும்போது அத் தலத்தில் எலும்பு முறிவுகள் உண்டாகும் போது மரணம் ஏற்படுகிறது. வாசி நிலை உட்பகுதியில் இல்லாத போது ஏற்படும் அத்தலத்தின் எலும்பு முறிவுகளை குணப்படுத்தி விட முடியும்.

(உதாரணம்)

நடுக்கு வர்மங்கள்

புய என்பின் நடுப் பகுதி (Humerus Bone)

ஆரை - இரத்தினி என்புகளின் நடுப்பகுதி (Radius - Ulna Bone)

தொடை என்பின் நடுப்பகுதி (Femur Bone)

நள-சர என்பின் நடுப்பகுதி (Tibia - Fibula)

நாடி சூத்திர வர்மம் (a location of Radial pulse)

(ஆ) முடம் ஏற்படுத்தும் எலும்பு முறிவுகள்

சில வர்மத் தலங்களிலுள்ள என்புகளில் முறிவு ஏற்படும்போது நோயாளி பிழைத்துக் கொண்டாலும், உறுப்புகள் முடமாகிவிடுகின்றன.

உதாரணம்

கண்ணு வர்மம் (Wrist Joint)
அக உருளை நரம்பு விசை வர்மம் (Pubofemoral ligament)
கோழிக் கழுத்து வர்மம் (Wrist Joint)

(இ) அபாய காலம் வரையறுக்கப்பட்ட எலும்பு முறிவுகள்

ஒரு சில வர்ம தலங்களின் என்பு முறிவுக்குட்படும் போது குறிப்பிட்ட நேரம் வரை அபாய காலமாக கூறப்பட்டுள்ளது. அக்காலம் வரை நோயாளி உயிரோடு இருந்தால், அந்த என்பு முறிவுகளை குணப்படுத்தி விட முடியும்.

கீழ் காணும் எலும்பு முறிவுக்கு அபாய காலம்

90 நாழிகையாகும் (36 மணி நேரம்)

(i) தொடை மேல் அகதாரை புறதாரை வர்மங்கள்
(A place inbetween the head and the middle of the Femoral Bone)
(ii) தொடை கீழ் அகதாரை புறதாரை வர்மங்கள்
(A place inbetween the middle of the femoral bone and the knee joint)
(iii) கணபதி முக வர்மம் மற்றும் குதிரை நாக்கு அடி வர்மம்
(A place inbetween the middle of the Tibia - Fibula Bone and The Knee)
(iv) வயிறாதி வர்மம் மற்றும் தும்பிக்கால வர்மம்
(A place inbetween the middle of the Tibia - Fibula Bones and Ankle Joint)

2. கீழ் காணும் எலும்பு முறிவுகளுக்கு அபாய காலம்

41 நாழிகையாகும் (16 மணி 20 நிமிடங்கள்)

(i) மேல் புய நடுக்கு வர்மம்
(A place inbetween the Head and the middle of the Humerus Bone)
(ii) கீழ் புய நடுக்கு வர்மம்
(A place inbetween the middle of the humerus bone and the elbow joint.
(iii) மேல் முழங்கை நடுக்கு வர்மம்
(A Place inbetween the El-bow joint and the middle of the Radius Ulna Bones)
(iv) கீழ் முழங்கை நடுக்கு வர்மம்
(A place inbetween the middle of the Radius Ulna Bones and the Wrist Joint)

(ஏ) மயக்கத்தை ஏற்படுத்தும் எலும்பு முறிவுகள்

சில எலும்புகளில் முறிவு ஏற்படும்போது மயக்கம் உண்டாகிறது.

உதாரணம்

(i) கண்ணாடி வர்மம் (Nasal Bone)

மூட்டு விலகல்களில் வர்மத்தின் முக்கியத்துவம்

மூட்டுகளில் (Bone Joints) உள்ள வர்ம தலங்கள் பாதிக்கப்படும்படி மூட்டு விலகல் (Dislocation) நிகழ்ந்தால் அவை மரணத்தையோ, நிரந்த முடத்தையோ, மயக்கத்தையோ ஏற்படுத்தும்.

உதாரணம்

சில அமிர்த நிலை வர்மங்கள்

சுரண்டைக்கால் மொழி (Ankle Joint)
இடுப்புப்பகுதி (Hip - Joint)
கை மூலம் (Shoulder Joint)
தண்டுவட வர்மம் (Vertebral Joints)

பலவகையான எலும்பு முறிவுகள், மூட்டு விலகல்களைப் பற்றிய செய்திகளும், குறிகுணங்களும் அவற்றை கட்டி குணப்படுத்தும் முறைகளும், தீரும், தீரா நிலைகளின் அவதியும், தீரும் நிலைகளின் நாட்களும், பின் விளைவுகளும் பல மருத்துவ செய்முறைகளும், வர்ம மருத்துவ நூல்களில் காணப்படுகின்றன. எனவே எலும்பு மூட்டு மருத்துவத் துறையில் வர்மம் இன்றியமையா இடத்தையும், சிறப்பையும் பெறுகின்றது. எனவே எலும்பு மூட்டு மருத்துவம் கற்பவர்கள் வர்ம மருத்துவ நூற்களை கற்க வேண்டியது அவசியமாகிறது.

நூல் ஆதாரம்

வர்ம அளவை நூல் (Dr.T. Kannan Rajaram B.S.M.S)
வர்ம ஒடிவு முறிவு சரசூத்திரத் திறவுகோல் - 36
ஒடிமுறிவு சாரி - 1200

QUIZZICAL QUIZ

K.Brindha
Final B.S.M.S.

How well do you know your subjects? Polish up your knowledge... the devious game is afoot!

1. The beta cells of the pancreatic islets of langerhans produce an antidiabetic hormone called insulin. The mineral essential for the insulin synthesis is

(if) Bromine - Go to 5
Zinc - Go to 10
Cobalt - Go to 15

2. Wrong turn! Epinephrine, secreted by the adernal medulla has no structural and functional similarities with caerulein. However it contracts the gallbladder. Travel back to 16.

3. Peptic ulcers are common among this blood grouped persons

Group "O" - Go to 13
Group "A" - Go to 20

4. You're way off track. Oxytocin is a neurohypophyseal hormone which causes strong contraction of the uterus in parturition process. Give 16 another try.

5. Not a good start. Bromine ions only activate the pancreatic amylase like chlorine ions.Let's go back to 1, shall we?

6. Verily, you are right. The gastrin hormone has both similarities and both are gastro intestinal hormones on to 12.

7. The breast cancer is a common problem amongst the females and there is no known cause of it. The hormone, controlling the breast cancer is,

Oestrogen - Go to 11
Progesterone - Go to 14
Prolactin - Go to 17

8. Yes, Chrysiasis, a diffuse slate coloured pigmentation and licheroid dermatitis found amongst the gold salts ingesting Indians on to 31.

9. Sorry, Gull's disease is caused by the hyposecretion of thyroxine hormone. It is otherwise called as myxoedema back to 12.

10. Terrific begining. Zinc is an integral and essential element of insulin molecule. It helps storage of insulin in pancreas, because pancreas is rich in zinc. Off you go to 7.

11. You're way off the heam. Oestrogen failed to maintain the tumour growth after hypophy sectomy. So it is not the exact controlling hormone. Scurry back to 7.

12. Thyrotoxicosis, the hypersecretion of thyroid hormones is,

Gull's disease - Go to 9
Grave's disease - Go to 19
Wolff Chaikoff effect - Go to 24

13. You are right. Blood group "O" persons are in high risk to chronic peptic ulcer. On to 16.

14. Sorry, Progesterone is essential for the maintenance of pregnancy and menstruation Oestrogen and progesterone often act synergistically ie. it antagonists the oestrogen secretion. Hail a hansom back to 7.

15. Oops, wrong answer. Cobalt is a component of Vitamin B12 and administration of excess cobalt produces the degeneration of alpha cells of islets of langerhans. Begin again at 1.

16. The gastro intestinal hormone caerulein has got the strong stimulating effects on the contraction of gall bladder and so used in humans during cholecystography. It has both structural and functional similarities with,

Epinephrine - Go to 2
Oxytocin - Go to 4
Gastrin - Go to 6

17. Absolutely right. Prolactin or luteotrophic hormone secreted by acidophil cells of the pituitary gland produces comparable benefits in controlling breast cancer. It is stimulated by oestrogen. Try 3.

18. NO, Argyria occurs in silver salts consuming people. Bluish or slate coloured pigmentation starts on the face, hands and finger nails and later becomes generalised which is usually permanent. Take a bead on 21 again.

19. Yes, comrade. Grave's disease or Basedow's disease is that. The main features are enlarged thyroid gland, increased BMR and exopthalmos. Hotfoot it to 26.

20. Gadzooks! No. Blood group "A" persons have the chance to get gastric carcinoma than others.

Get thee hence to 3

21. Gold salts are ingested in rheumatoid arthritis. The excess use of it will cause

Chrysiasis - Go to 8
Argyria - Go to 18

22. Centella asiatica (Vallarai) has an good effect on

Keloids - Go to 27
Corns - Go to 25

23. Oops, you've hit a blind alley. The medial division of the dorsal root i s for the perception of texture and form, touch. Back to 26.

24. No, Wolff chaikoff effect is an endemic goitre called Hokkaido goitre found among the Japanese people who consume large amount of seaweeds providing 8 to 25 mg of Iodine per day. Back to 12.

25. Sorry. Corns are treated by the application of 10% salicylic acid every night. Siddha preparation Sirattai thylum (Charcoal extract) contains it. Try again 22.

26. A neuro surgeon wishing to eliminate pain in a particular dermatome without causing loss of touch sense would make a cut at

lateral fibres of dorsal root - Go to 28
Medial fibres of dorsal root - Go to 23

27. Bull's-eye! The keloids have no medicines for the better treatment. But centella asiatica has got good effects on it when given orally, intravenously or externally applied on to 29

28. Superb! Neurosurgeons have attempted to treat some types of chronic pain by selective section of the lateral bundle of the dorsal root, because, it consists of small poorly hyelinated fibres, mediates pain and temperature. Go t0 22.

29. Well. The quickest way to get from there to here took 15 steps 1 - 10 -7 - 17 - 3 - 13 - 16 - 6 - 12 - 19 - 26 - 28 - 22 - 27 and 29. How did you do?

Thanks! Good bye!!

BROODING ABOUT MY LOVE

A. John Michael
Final B.S.M.S

PAST

She captured me in her mind by her webbed
sight on a red-letter day
Then my brain cherished the memory of her
without any hesitation
Her mellifluous melody pummelled my
heart to get the malady

PRESENT

I piece together the caresses and
puff my cryptic feelings away
My anxious eyes go in quest of her and
tear comes out in dribbles
Yet I am at a loss to get wind of
her and so cudgelling my brains.

FUTURE

I will fathom into the sorrow
that she gives to muse over
My heart will realize her flirtation
and will flare up to pieces
At last she will espouse another,
at my last gasp ....

THE HUMAN BODY SHOP

Organs have become big business. Each year about 9,000 kidneys, 1,700 hearts, 2,200 livers, 450 pancreases, 70 hearts/lungs sets and 30,000 corneas are transplanted at a cost to receipients of bearly 1 billion. As of 1990 many 20,610 were awaiting organ donations. Every 30 minutes a new name is added to the list, which includes over 17,000 waiting for kidneys and 1,652 for hearts. About one out of four heart transplant candidates dies before finding a donor.

S.INDIRA
Final B.S.M.S.

தாயின் தத்தளிப்பு

சிறகடிக்கும் பறவையாய் சிற்பியாய்
சிந்தனை சிதறல்களில் சின்னமலையாய்
சிரிப்பாய் சிங்காரமாய் சிம்மமாய்
இருந்த என் அன்பு மகனே!
"மகனைப் பெற்ற மகராசி" - பேரெடுக்க
மன்னவா உனைப் பெற்றேன்
கண்ணான கண்மணியே!
படிப்பறிவு இல்லாமல் பட்டமரமானாய்
பண்பாய் இருந்த நீ பயனற்றுப் போனாய்
கரும்பான உன்னை - கட்டெறும்பாய் மாற்றியதாரோ!
காயமாய் இருந்த உன்னை கல்லாய் மாற்றியதாரோ!
மகிழம்பூவாய் நீயில்லாவிட்டாலும் மந்தாரமாய் இருக்க வேண்டாம்
மக்களின் மருத்துவனாய் இல்லாவிட்டாலும் என் மகனாய்
இருந்தால் போதும்.

A.B. சசிகுமார்
II B.S.M.S.

சசி அம்மாவை நேசி - உனக்குண்டு ஆண்டவனின் ஆசி!
மலர்க்குழு

விடுகதை

A. முகிலன்
IV B.S.M.S

1. 12 வருட வேளாண்மை ஒன்று
6 மாத வேளாண்மை ஒன்று
3 மாத வேளாண்மை ஒன்று
அன்று நட்டு அன்று அறுக்கும் வேளாண்மை ஒன்று
எல்லாம் ஒரே களத்தில் அடிப்பட வேண்டும்
அவை எவைகள்?

2. உருண்டை முக ஒய்யாரி சிங்காரி
ஊருக்கெல்லாம் உதவும் நாரி
பிடித்து கசக்கி பிழிந்து எடுத்தாலே
பித்தமெல்லாம் தீர்த்திடுவாள்
பேருபகாரி அவள் யார்?

3. கல்லிலே காய்க்கும் பூ
அது காய்ந்தால் மலரும் பூ
பூவிலே வெள்ளைப் பூ
அது என்னப் பூ?

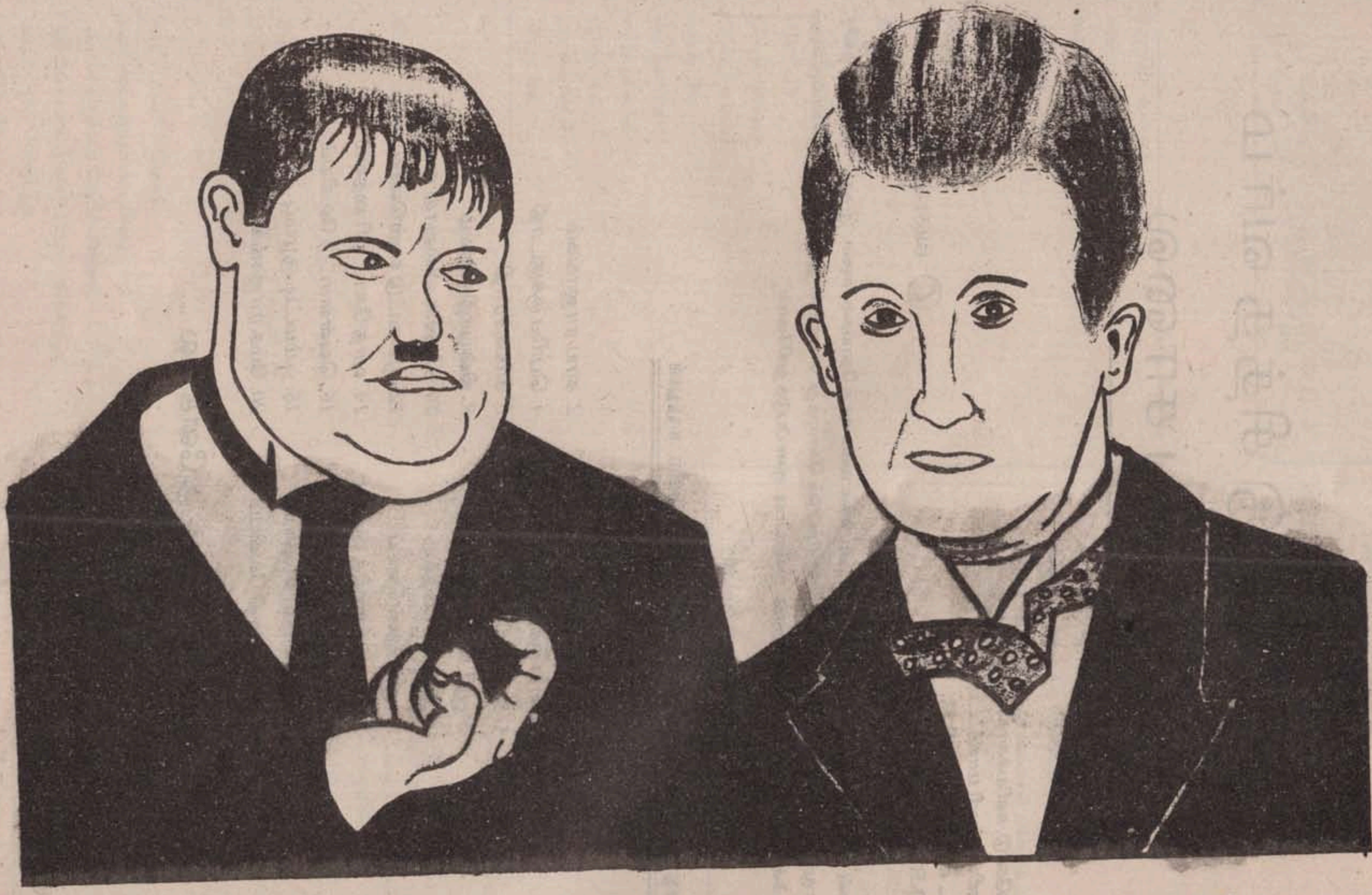
1. முறையே பாக்கு, வெற்றிலை, புகையிலை, சுண்ணாம்பு
2. எலுமிச்சம்பழம்
3. சுண்ணாம்பு

அன்னையின் அரவணைப்பு



சேய் வேண்டுமென ஏக்கம்
பெண் என்றவுடன் துக்கம்
அரசு தொட்டில் என்றவுடன்
களிப்பாட்டம்
நம்மவள் நம்முடனே இருக்கட்டும்
சாதி மத பிரசாரங்கள் ஒழியட்டும்
வசந்தம் நம் வாழ்வில் மலரட்டும்
அறிவொளி எங்கும் பரவட்டும்
விண்ணோர் நம்மை போற்றட்டும்!
சித்த மருத்துவம் வளரட்டும்!!
சிறுமியர் நெஞ்சம் பூரிக்கட்டும்!!!
வாழ்க வையகம், வாழ்க வளமுடன்!

Dr.N. ஜெய சங்கர் II M.D.,



LAURAL and HARDY

பெண்ணே நீ ஒரு கவிதை

தங்கமே; உன்னை
கண்மணி என்று
கூறக் கூட
எனக்குத் தயக்கம்
ஏன் தெரியுமா?
இமைகள் உன்னை
உரசுவதைக் கூட
என்னால்
தாங்க இயலாது
மரு - தோன்றா
அழகிய கால்கள்
என்றேன்
சொன்னதைப்
பொய்யாக்கவா
மறுநாளே
மருதோன்றி
வைத்து வந்தாய்?
இப்போது-
மரு தோன்றி
விட்டதே.

ஏ. பாலமுருகன்
இறுதியாண்டு **B.S.M.S.,**

பெண் கவிதையெனில் ஆண்? - மலர்க்குழு

காதலின் வேகம்

காட்டாற்றின் வேகம்
கரைகளுக்குத்தான் புரியும்
அணைகளுக்குத் தெரிவதில்லை
அய்யோ பாவம் தடைபோட நினைத்து
அடிபட்டுப் போகிறது.
மழையின் வேகம்
மண்ணுக்குத் தன் புரியும்
அனலுக்குத் தெரிவதில்லை.
அய்யோ பாவம் தடைபோட நினைத்து
அணைந்து போகிறது.

புயலின் சீற்றம்
புற்களுக்குத்தான் புரியும்
பனைமரத்துக்கு புரிவதில்லை
பாவம் தடைபோட நினைத்து
பட்டென்று தரை சாய்கிறது

காதலின் வேகம்
காதலிப்பவர்களுக்குத்தான் புரியும்
காண்பவர்களுக்கு தெரிவதில்லை
காட்டு மிராண்டிகள் கலைக்க நினைத்து
காணாமல் போகிறார்கள்

வேகத்துடன்
K.J. Sarokanth
II Year D.Pharm.

வேகம் விவேகமல்ல - நண்பரே!
- மலர்க்குழு

மணிக்குயில் இசைக்குதடி .....

விடுதி வாழ்க்கைதான்
தனிமையிலும் இனிமை
ஆம் வீட்டிலிருந்து
தனிமைப்பட்டுத்தப்பட்டு
கண்மணி நலமா
என்று வரும்
மடலுக்காகக் காத்திருந்து - காத்திருந்து
சிவப்புச் சூரியனின்
உலாவரும் ஒளிக்கதிர்களுக்கு முன்
கண்விழித்து கடமை முடித்து
பரீட்சைக்கு நேரமாச்சு என பரிதவித்து
இனிய மாலைப் பொழுதில்
இதமாய் தேநீர் அருந்தி
வண்ண வண்ன பூக்களின்
அன்பில் நனைந்து
வானமே எல்லையாய்
வசந்த காலப் பறவையாய்
வாழ்க்கையின் புதுப்புது
அர்த்தங்களை அறிந்து
கனவிலே, இராஜாதி இராஜாவின்
மூன்று முடிச்சுக்காக் காத்திருந்து
அஞ்சலிப் பாப்பாவின் வரவை நோக்கும்
இக் கனவுகளின் பயணங்கள்
முடிவல்ல ஆரம்பம் ......

R. ஜெயந்தி
Final B.S.M.S.,

அஞ்சலி பாப்பாவின் வரவா
சற்று யோசியுங்கள் சகோதரியே! - மலர்க்குழு

with best compliments from

© 25896

JOSY SURGICALS

188-D, S.N.High Road,

Tirunelveli-627001.



Dealers in

Surgicals, Hospital & Lab Equipments

Stockist for Span Diagnostics, Ranbaxy Diagnostics,

Johnson & Johnson Ltd.

Branch

Xavier Building, P.W.D. Road,

Nagerkoil. © 6362

நிலை மாறுமா?

அறிவு வளர்க்கும் எழுத்துலகில்
அறிமுகமாகும் என் எழுத்து!
நிலவைப் பற்றியே நிறைய பேர்
நித்தமும் இங்கே பாடுகிறார்கள்
எனவே நான் நிஜங்களை
நினைவில் நிறுத்த நினைக்கிறேன்

நேற்று

இமயம் முதல் குமரி வரை
இனிமை தவழ வலம் வந்தாள்
தேசத்தாய் பாரதத் தேசத்தாய்
வீரத்தின் விளை நிலமாய் விவேகத்தின்
பெட்டகமாய்
உரமான அன்பிலே தரமான பண்பைக் கலந்து
நிலையான ஒற்றுமையை ஊட்டினாள்
உள்ளமோ வெள்ளை - இந்தியரிடம்
கள்ளமோ இல்லை

இன்று

பிள்ளைகளில் இருவர் சித்தம் கலங்கி
ஓரிடமே தங்கள் உறைவிடம் என்று
புனித இடத்தை போர்க்களமாக்கினர்
ஒன்று எங்கள் ஜாதியே
ஊமையின் ராகமாயிற்று
ஜாதிகளின்றி நாட்டில் சகாப்தம் இல்லை

எப்படி ஏற்பது?
இத்தகு கொடுமை
சதிச் செயல் ஒப்பியே
சாவதும் சரியா?
நெருப்புத் தணலாகி
நெஞ்சம் அனலாகி
தாயக மண்ணில் தாய் அகம் நோக
தீமை தந்திடும் தீயவர்களை விரட்டி
சறுக்கும் மரம் போல்
சறுக்கா உணர்வோடு
சரித்திரம் படைத்திட
ஏன் தயக்கம்?

நாளை

நிலை மாறுமா?
இந்த நிலை மாறுமா என்று
நெஞ்சில் உதிக்கும் கவலைவென்று
மலைபோல் மனவுரம் கொண்டு
மற்றவர் மதிக்கச் செய்வோம் தொண்டு

- நிலை மாறும் கனவுகளுடன்

- அ. புவனேஸ்வரி
II B.S.M.S.

கவிதை

கற்பனையின் ஆசை நாயகி
காதலர்களின் துணைவி
உடைபட்ட உணர்ச்சிகளின் பெருக்கு
எதிர்பார்ப்புகளின் ஏக்கப் பெருமூச்சு
இவை வசந்தத்தின் வரவுகள் - ஆனால்
செலவாகிப் போன கனவுகள்

மழை

பூமிப் பெண்ணுக்கு வான மாமன்
நடத்தும் பூப்புனித நீராட்டு விழா
காற்றுக் கலப்பினால் கருக் கொண்ட
மேகத்தின் கைக் குழந்தை

மௌனமாய் ஒரு மொழி

புரியவில்லை, புலம்புகிறேன்
வாழ்வினால் தொலைத்தேனோ வசந்தத்தினை இல்லை
வசந்தத்தில் தொலைத்தேனோ வாழ்க்கையினை
புலம்புகிறேன் நானும், இன்னும் எனக்கு புரியவில்லை.

ஹெர்புநிஃசா
இறுதியாண்டு B.S.M.S.

கவிதை மழையில் மௌனமாய் ஒரு மொழியா?

- மலர்க்குழு

தெரிந்தால் கூறுங்கள்!

டாக்டர்.க. ஜெயக்குமார் M.D(S)

நமது இந்தியா உட்பட பல்வேறு நாடுகளில் பல்லாயிரக் கணக்கான தாவரங்கள் வளர்ந்து உள்ளன. ஆயிரக்கணக்கான மூலிகைகளைப் பெயரிட்டுள்ள தாவரவியல் வல்லுநர்கள், புதிய ஒட்டுத் தாவரங்களை உண்டுபண்ணி பெயர் சூட்டும் அறிஞர்கள், நம் சித்தர்கள் கூறும் தாவரப் பெயர்களுக்கு இலக்கணப்படி இன்னதுதான் என்று உறுதி கூற முடியவில்லை. இத்தகைய தாவரங்களை கண்டு பிடிக்கும் முயற்சியில் ஈடுபடுவோமே.

1. வெண்சாரை

அகத்தியர் பரிபூரணம் - 118, அகத்தியர் - 2000, கற்ப தீட்சை - 100 போன்ற நூல்களில் இதனை காயகற்பமாக சாப்பிடலாம் என்று கூறுகிறார்கள். இது மூலிகையா? தாதுப்பொருளா? ஜீவப் பொருளா? என்பதை நாம் அறிய வேண்டும்.

2. கனக எருமை விருட்சம்

இதனைப் பார்த்தேன் என்பவர்கள் இதனை உறுதி செய்யவேண்டாமா?

3. பொன் முள்ளி

அகத்தியர் கற்ப தீட்சை - 100
புலிப்பாணி - 1500
சதுரகிரி தல புராணம்
கொல்லி வாகடம்

ஆகிய நூல்களில் கூறப்பட்டுள்ளதே? இதனை ஏன் நாம் மூலிகைத் தோட்டங்களில் வளர்க்க முடியவில்லை.
இது போன்ற பல புதிர்களுக்கு விடை காண முயல வேண்டும்.

4. மேலும் சில

அ) கருநாயுருவி
(அங்கச பிசாசுச் செடி)
ஆ) அச்ச தாப்பிரியமரம்
(கருவாழை)
இ) அதி நங்கைச் செடி (சிறியா நங்கை, தங்கை கொல்லிச் செடி)
ஈ) அமுர்த பலக் கொடி
(பேய்புடல், அலகைப்புடல்)
உ) அம்மிய பாவைச் செடி
(செந்தாடு பாவை, நேந்தாடு பாவைச் செடி)
ஊ) அரக்கு பேசரீப் பீர்க்கு
(மெழுகு பேசரீ பீர்க்குக் கொடி)
எ) அரித்திரா போகிச் செடி
(நின்று சிணுங்கி)
ஏ) அற்பகை மரம் (பேயகத்தி மரம்)
ஐ) நிழற் காந்த விருட்சம் (சாய விருட்சம், நிணச்சாயவிருட்சம்)
ஒ) நிலவ விருட்சம் (பிராண காந்திமரம், சோதி விருட்சம் நிலஞ் சோதி விருட்சம், நீலச் சோதி)
ஓ) நெற்றிக் கண்ணன் செடி
(சினார் வேம்புச் செடி, நந்திரகா வேம்பு, தலை நிம்பம் தக்கனைக் கொன்றான் மூலி)
ஔ) ஞாழல் வாசுகிச் செடி
(பெரியா நங்கைச் செடி துள்ளியச் செடி, மிளகாய் நங்கை)
ஃ) திரிபுர மெரித்தான் செடி
(தாய்க் கஞ்சிச் செடி)

இவற்றிற்குக் காரண, காரியங்களை கண்டறிய வேண்டாமா? கண்டறிய முயலுங்களேன்.

கீழே கண்டவற்றிற்கு சரியான பெயரைக் கண்டு பிடியுங்கள். ஓடாதீர்கள், பயப்படாதீர்கள். தைரியமாகப் பதில் சொல்லுங்கள், சிந்தியுங்கள், முடியவில்லை யெனில் பக்கத்தைப் புரங்டுங்கள்

1. பேமாசிகச் செடி
2. பேரத்திரி தட்டை
3. படலோகக் கொடி
4. பைந்திலிகச் செடி
5. நாரிசிச் செடி
6. தலைவிரிச்சான் கொடி
7. தேவதாளிசக் கொடி
8. பரித்தமரம்
9. பாண்டு நாசினி மரம்
10. பைரவ மரம்
11. பைம் பேயகக் கொடி
12. பைாச தூரிசச் செடி

இலக்கியச் சோலை

இலக்கிய – மருத்துவக் கழகம்

பாளையங்கோட்டை

சித்த மருத்துவக் கல்லூரியில் மலர்ந்து மணம் வீசிடும் மலருக்கு நல் வாழ்த்துக்கள்

கடந்த *10* வருடங்களுக்கும் மேலாக இச் சோலையை அருஞ் சொற்பொழிவுகளால் வளப்படுத்தி வரும் மருத்துவ மற்றும் இலக்கிய அறிஞர் பெருமக்களுக்கும், நிகழ்ச்சிகளில் பங்கேற்று பயனுகர்ந்து வரும் சித்த மருத்துவக் கல்லூரியின் மாணவ மாணவியர்களுக்கும், நிகழ்வுகளை அரங்கேற்ற சீரிய ஒத்துழைப்பு நல்கி வரும் செயற்குழு உறுப்பினர்களுக்கும் உளங்கனிந்த நன்றியினைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறோம்.

Dr. R.S. இராமசுவாமி நிறுவனர் & தலைவர்	**செல்வி P. பாரதி** B.S.M.S. செயலர்	**P. செல்வ சண்முகம்** B.S.M.S. அமைப்புச் செயலர்
ஆலோசகர்கள்	**பேராசிரியர் K. சங்கரன்** M.A.,	**பேராசிரியர் சிவசு.** M.A. M.Phil

அரசினர் சித்த மருத்துவக் கல்லூரி
மாணவ, மாணவியர் விடுதிகள் அறிக்கை – 1992 – 93

மாணவர்கள் கல்வி சிறக்கவும், அவர்தம் ஒழுக்க மேன்மைக்கும் அவர்கள் சுற்றுப்புற சூழலே காரணமாக அமைகிறது அத்தகைய நல்லதொரு சூழலை அமைத்து நாட்டுப் பற்று மிக்க நல்ல மருத்துவர்களை உருவாக்குகிறது நமது கல்லூரியின் மாணவ மாணவியர் விடுதிகள் இரு பாலருக்குமான விடுதிகளின் காப்பாளராக கல்லூரியின் முதல்வர் **K.V. வைத்தீஸ்வரன்** M.D.(S) அவர்களும் துணை விடுதிக் காப்பாளராக **Dr. M. லோகமணியன்** M.D.(S) அவர்களும் மாணவியர் விடுதிக்கு கூடுதல் துணை விடுதிக் காப்பாளராக **Dr. இந்திராதேவி** M.D.(S) அவர்களும் மாணவர்கள் விடுதிக்கு துணை விடுதிக் காப்பாளராக **Dr.R. தங்கமணி** அவர்களும் பணியாற்றி வருகின்றனர். மாணவர் விடுதியில் *160* மாணவர்களும், மாணவியர் விடுதியில் *250* மாணவியர்களும் தங்கிப் பயனடைகின்றனர். மாணவியர்களுக்காக மாணவியர்களால் நடத்தப்படும உணவு விடுதியும் சிறப்பாக செயல்பட்டு வருகிறது. மாணவ மாணவியர்களின் கலைத் திறமைகளை வெளிக் கொண்டு வரும் வண்ணம். கல்லூரி விடுதி நாட்கள் நடத்தப்பட்டு வருகின்றன. விடுதிகளின் வளர்ச்சிப் பாதையில் மாணவ மாணவியர்களின் விடுதிகளில் வண்ண தொலைக் காட்சிப் பெட்டி இணைக்கப்பட்டுள்ளது. தினசரி நாளிதழ்களுடன் நூலகம் சிறப்பாக செயல்படுகிறது. மாணவர்களின் அயராத உழைப்பாலும் ஆற்றல் மிக்கத் திறமையாலும் கல்லூரி விடுதிகள் மென் மேலும் புகழ் பெறும் என்பதில் ஐயமில்லை.

Dr.M. லோகமணியன் M.D.(S)
துணைவிடுதிக் காப்பாளர்

Dr.K.V. வைத்தீஸ்வரன் M.D.(S)
விடுதிக் காப்பாளர் / முதல்வர்

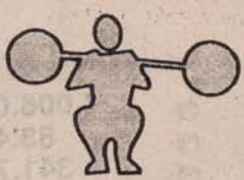
GOVERNMENT SIDDHA MEDICAL COLLEGE, PALAYAMKOTTAI.

Department of Physical Education Annual Report for the year 1992 - 93

Esteemed chief guest of this day, Respected principal, Learnered members of the staff, dear students, Ladies and Gentlemen. I have great pleasure in submitting the Annual Report of the Physical Education Department for the year 1992 - 93

The sports committee was formed this year with Dr.K.V. Vaitheswaran, M.D.(S) Principal, Govt. siddha Medical College, Palayamkottai as president, Mr.K.M. Mohamad Farook, Director of Physical Education as the Vice - President and Mr.S.Siva Kumar, final B.S.M.S. student, who has been unanimously elected as the sports secretary for the year 1992-93

All the students of our college were divided into four houses namely, Green, Blue, White and Red. The following students from final year were nominated as the House captains



White House - Edwin Sam
Green House - Sundararajan
Blue House - Aravindan
Red House - John Michael



We conducted Intra-mural tournaments in Carrom, Chess, Table-Tennis, Shuttle - badminton, ball-badminton, weight-lifting, Cricket, Kabadi, Foot-ball and Volley - ball all the tournaments were conducted on knock-out basis at V.O.C. stadium and Anna Stadium. Palayamkottai.

Our college Annual sports meet was held on Tuesday the 9th March 1993 at Anna Stadium, Palayamkottai. Dr.K.V. Vaitheswaran, M.D. (S) Principal, Government Siddha Medical College, Palayamkottai, inaugurated the sports meet. All events were keenly contested. Students showed their inherent talents.

The Prize distribution function is held today. Let me thank to our beloved chief guest who has kind enough to accept our invitation and comeover here to distribute the prizes to the winners. I thank the principal, all the members of the staff, Sports Secretary, House Captains, all the members of the student Community and all those who have rendered their co-operation in order to make the function in a grand success.

I thank one and all.

K.M. MD. Farook
Director of Physical Education.

உதவி நலக் கமிட்டி

அரசினர் சித்த மருத்துவக் கல்லூரி
பாளையங்கோட்டை

நமது கல்லூரியின் முன்னாள் மாணவரான டாக்டர் என்.அழகன் பி.எஸ்.எம்.எஸ். அவர்கள் கிணற்றில் தவறி விழுந்ததால் **TRAUMATIC PARAPLEGIA** என்று நோயினால் பாதிக்கப்பட்டார். அவரது குடும்பம் மிக எளிமையானது என்பதாலும், அவருக்கு அறுவை சிகிச்சை மிக அவசரமாக தேவையிருப்பதாக மருத்துவ நிபுணர்கள் தெரிவித்ததாலும், அவருக்கும் அவரை போன்ற பாதிக்கப்பட்டோருக்கும் உதவி செய்யும் பொருட்டு நமது கல்லூரியின் மூன்றாமாண்டு *(1990 - 91)* மாணவர்களால் கல்லூரி முதல்வர் டாக்டர் வீ. சுப்பிரமணியம் எம்.டி.*(சி)* அவர்கள் அனுமதியுடன் *12.06.1991*ல் உதவி நலக் கமிட்டி அமைக்கப்பட்டது.

கமிட்டி உறுப்பினர்கள், கல்லூரியின் மற்ற மாணவர்கள், அவர்களது நண்பர்கள் மூலமாக திரட்டப்பட் பணத்திலிருந்து ரூ.*20.000* ஐ கல்லூரி முதல்வர் அவர்கள் முன்னிலையில் மாவட்ட ஆட்சித் தலைவர் உயர்திரு ஆர்.வேலு. ஐ.ஏ.எஸ்., அவர்கள் டாக்டர் என். அழகனுக்கு வழங்கினார்கள்

கமிட்டியின் நெஞ்சார்ந்த நன்றி

1. கமிட்டி அமைக்க துவக்கத்தில் பண உதவியும், ஊக்கமும் அளித்த டாக்டர் ஜெயசெல்வன் எம்.டி.*(சி)* அவர்கட்கும்.

2. கல்லூரியில் கமிட்டி செயல்பட அனுமதியளித்த முன்னாள் கல்லூரி முதல்வர் டாக்டர் வீ. சுப்பிரமணியன் எம்.டி.*(சி)* அவர்கட்கும் ஒத்துழைப்பு கொடுத்த அனைத்து ஆசிரிய பேராசிரிய பெருமக்கட்கும் அனைத்து மாணவ மாணவியருக்கும்.

3. டாக்டர் என். அழகனின் சிகிச்சைக்கு பெருருமளவில் உதவி புரிந்த டாக்டர் ஆர். கண்ணன் பி.ஐ.எம். திருச்சி அவர்கட்கும்.

4. கமிட்டியின் நடவடிக்கைகட்கு ஆலோசனைகளும், ஊக்கமும் வழங்கி வரும் பேராசிரியர் டாக்டர் என்.சிதம்பரநாதன் எம்.டி.*(சி)* அவர்கட்கும்.

5. கமிட்டியின் சட்ட ஆலோசகர் லயன் திரு வி.ஆறுமுகம் எம்.ஏ.,பி.எல்., அவர்கட்கும்.

6. கமிட்டியின் கௌரவ தலைவர் **Rtn.P.** சண்முகராஜ் அவர்கட்கும்

7. கமிட்டியின் ஆலோசகரும், முன்னாள் உதவி நலக் கமிட்டியின் பொது செயலாளருமான டாக்டர் உ. சேதுராமன் பி.எஸ்.எம்.எஸ். அவர்கட்கும்

8. அதிகளவு நிதி வழங்கிய ரோட்டரி சங்கங்கள், இன்னர் வீல் சங்கம், அரிமா சங்கத்தினர் ஆகியோர்கட்கும்

நன்றி ! நன்றி ! நன்றி !

வரவு செலவு விபரம்

வரவு - இரசீதுடன்	ரூ.	27,006.00
வங்கி வரவு *(5.9.91)*	ரூ.	83.45
வங்கி வரவு *(26.3.92)*	ரூ.	341.70
வங்கி வரவு *(23.9.92)*	ரூ.	128.00
மொத்த வரவு	ரூ.	27.559.15

செலவு

நன்கொடைகள்	ரூ.	20,000.00
கமிட்டியில் நிதி திரட்ட மற்றும் அழகன் வகைக்கது	ரூ.	1,635.45
மொத்த செலவு	ரூ.	21,635.45

இருப்பு

மொத்த வரவு	ரூ.	27,559.15
மொத்த செலவு	ரூ.	21,635.45
இருப்பு	ரூ.	5,923.70

பெ. கணேச பெருமாள்
தலைவர்,
உதவி நலக் கமிட்டி

ப. அரிகரன்
பொதுச் செயலாளர்,
உதவி நலக் கமிட்டி

A STITCH IN TIME SAVES NINE

Let every dawn of the morning
be to you as the begining of life
and,

Let every setting of the sun
be to you as its close

Let everyone of these short lives
leave its sure record of some
kindly thing done for others,

Let she thing may your
blood being DONATED to someone
which saves not only the recepient
but also the lives depending upon him.

A Stich in time saves nine
Entertain no fear,
for fear is death.
Beseeching you to
Awake, Arise and Act
And be sure to
Make your mark.

Ever Yours.

Dr. R. Sridharan
B.Sc.,II.M.D

90 ஆம் பக்கத்திற்கான விடைகள்

1. பேய்க்கடலைச் செடி
2. பேய்க்கரும்புத் தட்டை
3. பேய்ப் புடல்
4. பேய்ச் சுண்டை
5. பேய்த் துவரை
6. பேய்க் குமட்டிக் கொடி
7. பேய்ப் பீர்க்குக் கொடி
8. பேயாலமரம்
9. பேயத்தி மரம்
10. பேயகத்தி
11. பேய்ச் சீந்திற் கொடி
12. பேய் ஊமத்தைச் செடி

NATIONAL SERVICE SCHEME

GOVT SIDDHA MEDICAL COLLEGE PALAYAMKOTTAI

பாலமுருகன்
இறுதியாண்டு B.S.M.S.
மாணவத் தலைவர், N.S.S. UNIT

மானிட சேவையின் மகத்துவத்தை மாணவப் பருவத்திலேயே அறிய வைக்கும் அரசின் திட்டமான நர்ட்டு நலப் பணித் திட்டமானது எமது கல்லூரியில் பல ஆண்டுகளாக பல சாதனைகள் செய்து வந்தாலும், இந்த ஆண்டு முதல் டாக்டர் எம்.ஜி.ஆர். மருத்துவப் பல்கலைக் கழகத்தோடு இணைக்கப்பட்டு புதுப் பொலிவோடு செயல்படத் துவங்கியது.

திட்ட அலுவலர் டாக்டர் **ஜி.கணபதி** M.D.(S) அவர்கள் தலைமையில் *100* தன்னார்வத் தொண்டர்களைக் கொண்டு தனது முதல் பணியாய் கல்லூரியில் முட்புதர்களை நீக்கி கல்லூரியினை தூய்மை செய்யும் பணியில் துணை நின்றோம்.

தேசிய ஒருமைப்பாட்டு நடை பயணமானது கல்லூரி முதல்வர் Dr. K.V. **வைத்தீஸ்வரன்** அவர்கள் கொடியசைத்து துவக்கி வைக்க *32* கி.மீ. தொலைவிலுள்ள ஆழ்வார்திருநகரியை சென்று அடைந்தது. *20.3.92* அன்று மருத்துவ முகாம் ஒன்றும், மக்கள் மகிழ்வுடன் வாழ வழி முறை-களையும் எடுத்துக் கூறினோம். இதில் ஏற்ககுறைய *400* நோயாளிகளுக்கு சிகிச்சை அளிக்கப்பட்டது. *27.3.92.* அன்று கல்லூரியில் N.S.S.தின விழா மரம் நடுவிழவோடு தொடங்கி, கலை நிகழ்ச்சியோடு இனிமையாய் முடிந்தது. ஜுலை மாதம் 22ஆம் தேதி எமது மருத்துவ முகாம் ஒன்று மேலச் செவலில் நடைபெற்றது. இதில் Dr. கணபதி , Dr.முருகன், Dr. பிரேமா கலந்து கொண்டு சிகிச்சை செய்தனர்.

இவ்வாறு பல சாதனைகள் செய்த N.S.S. யூனிட் இப்போது பேராசிரியர் Dr. குமாரவேல் M.D.(S) அவர்களை திட்ட அலுவலராய் கொண்டு எங்கள் கல்லூரி முதல்வர் டாக்டர். K.V. வைத்தீஸ்வரன் அவர்கள் தலைமையில் பற்பல சாதனைகள் செய்ய காத்திருக்கிறது.

22.2.93 அன்று ரெட்டியார்பட்டியில் எமது N.S.S.யூனிட் சார்பில் டாக்டர் குமாரவேல் M.D. (S) அவர்கள் தலைமையில் தொழுநோய் கட்டுப்பாட்டு நிலையத்தாரோடு இணைந்து தொழுநோய் விழிப்புணர்ச்சி மற்றும் ஒழிப்பு முகாம் சிறப்புடன் நடை பெற்றது.

Not for me but for you என்ற எங்கள் கொள்கைக்காக எதையும் செய்யக் காத்திருக்கிறோம்.

N.S.S. Advisory Committee

Chairman
Dr.K.V. Vaitheeswaran M.D.(S)
Principal

Secretary
Dr.A. Kumaravel M.D.(S)
N.S.S. Programme Officer

Members
Dr.G. Ganapathy M.D.(S)
Dr.N. Chidambaranathan M.D.(S)
Dr.V.Ramadoss M.D.(S)
Dr.J. Indiradevi M.D.(S)

ROTARACT

The Jewel in our Crown

One who cannot ....speaks

One who can ----- does

Chartered on 24th January 1992 the Rotaract club of Govt Siddha Medical College sponsored by Rotary club of Tirunelveli West, has the honour of having our Principal Rtn.Dr.K.V. Vaitheeswaran as the patron and Prof. Dr.N.Chidambaranathan M.D.(S) Dr. Logamanian M.D. (S) as our staff advisors & a Co-ordinator in the form of Rtn. Kalyanakrishnan. This Marvellous movement in this renowned institution has enrolled 132 members.

Our critics were left gasping for their breath as the popularity of our club reached a crescend with the successful conduction of SINROME - 92- the project of the Year. OUr club hit the headlines in the whole of the southern Tamil Nadu and the broadcast of SINROME by none less than AIR Tirunelveli speaks for itself. This inter collegiate cultural competition conducted in an electrific atmosphere had the participation of a record number of about thirty colleges.

Being Rotaractors with medicine as profession, we thought it is our duty and prime responsibilitty to contribute our bit towards the health hunger and humanity aspects of the society and thus evolved our life time project adaptation of

anbu Ashram to look after health of the children. Even though we conduct many medical camps at various villages we rate this project at the orphanage as one of our best service projects and was rightly chosen as the best community service Project in the district 3210 in 1991 - 92.

To speak of traffic safety in this haphazardous urban era is something like fishing in the troubled waters. To leave it as such doesn't sound intelligent. Little drops of water makes a mighty ocean. So we joined hands with other Organisations to find a solution to this vexed problem. We educated school children about Road Safety rules & Regulations, pasted bulls eye, issued phamlets which had instructions to be followed to cherish our sweet dreams in this beautiful life that is so dear to us.

காலத்தினால் செய்த நன்றி
சிறிதெனினும்
ஞாலத்தின் மானப் பெரியது

Hats of to the benevolant Members of our club

Rtr. Chandrasekar
Rtr. M. Meenakshi Sundaram
Dr. Jeyasankar
Rtr. G. Senthilvel.

who donated their blood just in time to save the precious lives of fatal accident victims. We are proud of our Rotaractors who came forward to donate their eyes. Our club has the honour of playing an active role in the Rotary International's 3-H Programme (Health, Humanity & Hunger) as our Rotaractors actively carried out the enumeration for the polioplus workshop in Tirunelveli. We also give donations to the needy on humanitarian grounds.

Twinkile Twinkle little Star
How I wonder what you are

So we decided to explore not the sky but the tiny tots to probe into their enarmous skills which they posses. The result was glorious KIDS SINROME in which these twinkling little stars from about 20 schools took the world in their stride with their scintillating performances in the various competitions. Once again we are indepted to thank our sponsors without whose patronage it could just have been a night mare.

To love is to care, to care is to share. The best way of loving our country is by sharing with our fellow citizens. Our Rotaractors actively participate in various seminars camps & Conferences and thus promote fellowship with Rotaractors of different localities which enables us to become better citizens besides enriching our skills in various aspects.

Green is the symbol of prosperity. The greener we make our country the quicker our economy will grow. We planted saplings in our college campus under the preserve planet earth Programme. Not only economy, there is something much more. Yes! the greener we make our country the quicker the Siddha System of Medicine will grow.

We organise a number of guest lecture programmes on various aspects of medicine inviting skilled personalities & efficient scholars so that the Rotaract club of Govt Siddha Medical College Serves a purpose in enlightening the students about our system of medicine and its allied aspects.

The House bulletin of our club-christned as IRIS (Illustrated Rotaract Issue of Siddha Medicos) is a quarterly magazine which details the activities of our club and keeps our members well informed about Rotaract. It also helps to promote better communication & understanding between various clubs in different countries.

Our Rotaractors cannot be written off in the competitions they take part. We lifted the runner-up trophies in the youth activities programme in Tirunelveli & at SYP - 92 conducted by the India Cements Ltd. We won the Quiz competitions at Nagarcoils and were Zonal winners in the Inter Rotaract Quiz competition at Trivandrum. Our Rotaractors have brought many laurels to our club from all the competitions they take part and volumes have to be written if one dares to list them all. The Rotaract club of G.S.M.C. is adding scroes in strength and forging ahead leaving behind the entralling performances which are no gimmickry. Our Rotaractors are all set to break further records in their devoted pursuit of Rotaract. Yes! our club has much more in its store and will deliver the goods in the right time. Day are not far ahead for a stranger to comment on one fine morning - "So entranced by Rotaract is Govt Siddha Medical College

Rt. J. Samson President
Rtr. S. Sridhar Secretary

நோய் வயப்பட்ட மனித உடலில்
நோய் குணமாக இயற்கையாக ஒரு
முறை செயல்படுகிறது. அதில்
நம்பிக்கை சேரும்போது
குணமாகும் முறை வேகமடைகிறது.

போகம் ஒரு யோகம்



கா. பூங்குன்றன்
இளநிலை நான்காம் ஆண்டு

முன்னுரை

குண்டலினி சக்தியை எழுப்பி முக்தியை அடைவதற்கு கையாளப்படும் பல வகையான யோகங்களில் பரியங்க யோகமும் ஒன்று இவ்யோகமானது மிகவும் முக்கியத்துவம் வாய்ந்தது. என்றாலும் கத்தி முனையில் நடப்பதற்குச் சமமானது

பரியங்க யோகம் என்பதன் பொருள் என்ன?

பரியங்கம் - கட்டில்
யோகம் - சேர்க்கை

கட்டிலில் பெண்ணுடன் அனுபவிக்கும் போகத்தை யோக மாக்குவதால் பரியங்கயோகம் என்றாயிற்று.

மேற்சொன்னபடி ஆணும் பெண்ணும் கலவியில் ஈடுபட்டிருக்கும் காலத்து தங்களுடைய மனதை இரு புருவங்களின் இடைப்பட்டிருக்கும் ஸ்தானமாகிய ஆக்ஞையில் நிலை நிறுத்தி 5 நாழிகை (2 மணி நேரம்) நேரம் விந்துவை வெளியிடாது ஈடுபட்டிருப்பார்களேயானால் அவர்கள் ஆகாய கங்கையின் ஒளியை, புருவ மத்தியிலேயே காண்பார்கள் என்று திருமூலர் கூறுகின்றனர்.

பரியங்க யோகத்துப் பஞ்ச கடினக்
அரிய இவ்யோகம் அடைந்தவர்க் கல்லது
சாரிவளை முன்கைச்சி சந்தனக் கொங்கை
உருவித் தழுவ ஒருவர்க் கொண்ணாதே

- திருமந்திரம் - 831

என்ற திருமூலர் பாடலால் அறியலாம்

5 நாழிகை (2 மணி நேரம்) இவ்யோகத்தில் ஈடுபட்டவர்களால் தான் குண்டலினி ஆற்றலை கடந்து மேற் செல்ல முடியும் என்று மேலே குறிப்பிட்ட திருமந்திரப் பாடலால் திருமூலர் விளக்குகிறார்.

அதோடு மட்டும் அன்றி மானிடவர்க்கம் இவ்யோக முறையை நம்புமா? என்ற சந்தேகத்தைப் போக்கும் வகையில் சிகண்ட ருத்திரன் என்பார் இவ்வரிய யோகத்தைப் பயின்று மேன்மையுற்றார் என்றும் திருமூலர் 832 ஆம் திருமந்திரப் பாடல் மூலம் விளக்குகிறார்.

இந்தப் பரியங்க யோகத்தில் ஈடுபடுகின்றவர்களுடைய பருவம் ஆணுக்கு 30 வயதும் பெண்ணுக்கு 20 வயதும் இருக்க வேண்டும்.

சிற்றின்ப அறிவானது புசிக்கக் கூடாத கனியா?

உண்மையில் பைபிளில் 'அறிவு' என்னும் வார்த்தை சிற்றின்ப அர்த்தத்தோடு உபயோகப்படுத்தப்பட்டுள்ளது. உதாரணமாக கீழ்க் கண்ட வாக்கியங்கள் உள்ளன.

"அவன் தன்னுடைய மனைவியை 2 வருட காலம் அறிந்தானில்லை" என்று கூறப்பட்டிருப்பதன் பொருள் 2 வருட காலம் அவர்களுக்குள் சிற்றின்ப உறவு இல்லை என்பதாகும்.

அவன் அன்று முதன் முதலாக தன் மனைவியை அறிந்தான் என்பதன் பொருள் முதன் முதலாக அவர்கள் சிற்றின்ப உறவு கொண்டனர் என்பதாகும்.

ஆகவே ஆதாம் அந்தக் கனியைப் புசித்த பின் முதன் முதலாக சிற்றின்பத்தை உணர ஆரமித்தான்.

சிற்றின்பமின்றி வாழ்க்கை இல்லை. சிற்றின்பத்தினால் தான் வாழ்க்கை முடிகிறது. ஆகவே புத்தரும், மகாவீரரும் நீங்கள் சிற்றின்பத்தைக் கடந்து செல்லவில்லையெனில் திரும்ப, திரும்ப பிறக்க வேண்டும் என்று கூறினார்.

உண்மையில் ஒவ்வொரு அறிவார்வமும் சிற்றின்பத்தைப் போன்றது என உளவியல் வல்லுநர்கள் கூறுகின்றனர்.

"மறைந்திருக்கும் ஒன்றை அறிய விரும்புவது சிற்றின்பச் செயலாகும். ஒரு மனிதன் சிற்றின்பத்தில் அதிக ஆர்வ மிக்கவனாக் இருந்தால் அவன் அதிகம், புதுமைகளை கண்டு பிடிக்கக் கூடியவனாக, அறிவாற்றல் மிக்கவனாக இருப்பான்."

ஆகவே எந்த ஒரு சமூகம் சிற்றின்பத்தைக் கண்டிக்கிறதோ அந்தச் சமூதாயம் ஒருபோதும் விஞ்ஞானத்தில் முன்னேற முடியாது. ஆகவே கீழை நாடுகள் விஞ்ஞான முன்னேற்றம் அடையாமைக்கு அவைகள் சிற்றின்பத்தின் மீது காட்டும் வெறுப்பே காரணம். சிற்றின்பத்தால் எல்லாம் உயிரோட்டம் உள்ளவையாகின்றன. அறிவு விருத்தி அடைவதும், அறிவு வெளிப்பாடும், சந்திரன் மற்றும் கிரகங்களுக்குச் செல்வதும் எல்லாம் சிற்றின்பத்தாகமே ஆகும்.

யோகாவும், தந்திராவும்

யோகாவும், தந்திராவும் அடிப்படையில் வேறானவை. இரண்டு முறைகளும் ஒரே இலக்கை (பேரின் பத்தை) அடைய வழிகாட்டும்.

யோகா - விழிப்புணர்வுடன் அடக்கி வைக்கும் முறை.
தந்திரா - விழிப்புணர்வுடன் ஈடுபடும் முறை.

தந்திரா, காமத்தை மாற்றுவதற்கான பல முறைகளைக் கூறுகிறது. காமத்தை, கலவியை ஒரு புனித மனப்பான்மையுடன் அணுகு. அது ஒரு வழிபாடாக, தியானமாக இருக்க வேண்டும். அதில் உள்ள இறைதன்மையினை உணர். எனவே தான் கஜிராஹோ, பூரி, கோனார்க் இப்படி எல்லாக் கோவில்களிலும் மைதுன் சிற்பங்கள் உள்ளன.

பாரியங் கயோகமானது தங்கள் உடல் பசியைத் தீர்த்துக் கொள்வதற்காகச் செய்யப்படும் சிற்றின்பச் செயல் அல்ல என்றும், இது தேவ காரியமாகச் செய்யப்படும் புனிதமான செயல் என்றும், இதனால் நம்மில் உறைந்து கிடக்கும் குண்டலி சக்தியைக் காண முடியும் என்றும் நம்பிக்கையுடனும், உறுதியுடனும் செயல்படுவார்களேயானால் அவர்களுக்கு நிச்சயம் வெற்றி கிடைக்கும் என்று திருமூலர் கூறுகின்றார்.

தியானமும், உடலுறவும்

சாதாரணமாக காமமும், தந்திராவில் சொல்லப்பட்டிருக்கும் காமமும் வெவ்வேறானவை. தந்திராவின் காமம் அடிப்படையிலேயே இதற்கு நேர் எதிரானது. மாறுபட்டது. அது வேட்கையைத் தணிப்பதற்காக அல்ல. அது விந்தை வெளியே கொட்டி விடாமல், சக்தியை வெளியேற்றாமல் இயக்கத்தில் இருப்பது. கலவியின் துவக்க நிலையிலேயே ஒன்றி இருப்பது.

தந்திராவின் உச்ச நிலை மிகவும் ஆழமானது. இளைப்பாறும் ஒரு தியானம். அது. எப்படிப் பல முறை ஈடுபடுவது என்கிற கேள்விக்கே இடமில்லை. நீங்கள் எவ்வளவு விரும்புகிறீர்களோ அவ்வளவு முறை ஈடுபாடு கொள்ளலாம். ஏனெனில் இம்முறையில் சக்தி வீணாவதில்லை, மாறாக சக்தி கிடைக்கிறது.

தந்திரா முறையில் நீங்கள் எத்தனை முறை வேண்டுமானாலும் ஈடுபடலாம். ஆனால் சாதாரணக் கலவியில் நீங்கள் பல முறை ஈடுபட-முடியாது. இங்கு சக்தி இழக்கப்படுகிறது. மீண்டும் சக்தி பெற உடல் காத்திருக்க வேண்டும். வாழ்நாள் முழுவதும் சக்தியைப் பெறுவதிலும் அதை இழப்பதிலும், மீண்டும் பெறுவதும், இழப்பதுமாக வீணாக்கப்படுகிறது. இது ஒரு வெறியைப் போல் உள்ளது. ஆகவே சக்தியே வீணாகாத, தந்திரா கலவி முறையைப் பின்பற்றி, சிற்றின் பத்தின் மூலம் பேரின்பத்தை அடைலாம்.

காமத்தை தியானமாக மாற்றும் முறை

சிவன் தேவியிடம் கூறினார் 'இனிய அரசிளங்குமரியே ! நீ தழுவப்படும் பொழுது, அணைக்கப்படும் பொழுது எப்பொழுதும் நிலைத்திருக்கும் வாழ்வில் நுழைவதைப் போல அன்பில் நுழை.

சிவன் அன்பிலிருந்து தொடங்குகிறார். முதல் நுணுக்கம் அன்பிலிருந்தே துவங்குகிறது. உன்னுடைய அனுபவத்தில் நீ இளைப்பாற உனக்கு மிக அருகாமையில் இருப்பது அன்புதான். நீ அன்பு செலுத்தா விட்டால் உன்னால் அமைதியுடன் இருக்க முடியாது.

அன்பு எப்பொழுதும் இங்கே இருக்கிறது. அதற்கு எதிர்காலம் இல்லை. எனவே தான் அன்பு தியானத்திற்கு வெகு அருகாமையில் இருக்கிறது. மரணம், அன்பு, தியானம் இவை யாவும் நிகழ்காலத்தில் நிகழ்பவை. எனவே நீ சாவைக் கண்டு பயந்தால் அன்பு செலுத்த முடியாது. நீ அன்பு செலுத்த பயப்பட்டால் வாழ்க்கை பயனற்றதாகி விடும்.

சிவனைப் பொறுத்தவரை அன்பு மிகப் பெரிய வாயில் காமமும் கண்டிக்கப்பட வேண்டிய விஷயமல்ல. அவருக்கு காமம் - விதை, அன்பு - மலர். காமம் காமமாக நின்றுவிடக் கூடாது. காமம் அன்பாக மாற வேண்டும், அன்பு தியானமாக மாற வேண்டும். அது ஒளியாக, தியானத்தின் அனுவபமாக, இறுதி சிகரமாக மாற வேண்டும். இது தந்திராவின் போதனை.

முடிவுரை

குண்டலினி யோகம் தாந்தீரிக முறை சாதனை தான் இதற்கு மந்திர, யந்திர, தந்திர சாதனைகளும் முக்கியம். இம்மூன்றும் கொண்டதே தாந்தீரிக வழி.

உடம்புக்கு 2 நிலையுண்டு. ஒன்று வளரும் நிலை, மற்றொன்று தளரும் நிலை. வளரும் நிலைக்கு 'தனு' என்று பெயர். தளரும் நிலைக்கு 'சரீரம்' என்று பெயர். இந்த உடம்புக்கு ஏற்படும் தளர்வு நிலையில் இருந்து காப்பதே தந்திரம். தந்திரம்' என்றால் விரிவாக்குதல் என்ற பொருளும் உண்டு. அதாவது ஆற்றலைப் பெருக்குவதால், குண்டலினி யோகத்தில் இம்மூன்றுமே இடம் பெறுவது தாந்தீரிக முறை.

முடிவாகச் சொல்லப் போனால் மற்ற வழிகளில் முக்தியை (பேரின்பத்தை) அடைய காலத்தை வீணடிப்பதை விட சிற்றின்பத்தின் மூலம் பேரின்பத்தை அடைய முயற்சி செய்யலாம். சிற்றின்பத்தை ஆயுதமாகக் கொண்டவர்கள் உயர்வு அடைவார்கள். சிற்றின்பத்தை பலகீனமாகக் கொண்டவர்கள் தாழ்வு அடைவார்கள். ஆகவே சிற்றின்பத்தை ஆயுதமாகக் கொண்டு பேரின்பப் பெரு நிலையை (உயர் நிலையை) அடைய முடியும் என்பதை உணர முடிகிறது.

தொகுப்பதற்கு உதவிய நூல்கள்
1. குண்டலினி சக்தி - டாக்டர நஜன் 2. தந்திரா யோகம் - இரஜினிஷ் 3. திருமந்திரம் - திருமூலர்.

A PATHOLOGICAL WEDDING

Mr and Mrs Hernia request the pleasure of your company on the occasion of the marriage of

Miss. Influenza
(Daughter of Mr & Mrs. Virus)

Mr. Typhoid
(Son of Mr & Mrs. Bacteria)

at 27 Fistula Street, Haemorrhoid town 3rd Degree (3 P.M.)

With Best Compliments From

Mr and Mrs Angioma
Mr and Mrs Glaucoma
Mr and Mrs Osteoma ('Oma' family)
Mr and Mrs Lymphoma

Special Programmes

Light Music by

Bronchial Asthma and Hydrophobia

Break Dance by

Epilepsy Parkinsonism
Rheumatic Chorea

Our Important Guest

Mr & Mrs Cerebral Haemorrhage (Hon'ble Minister of C.N.S.)
Mr and Mrs Heart Block (Hon'ble Minister of C.V.S.)

Printed by
Echo and Electro Cardiogram,
30, Inter Ventricular Septam,
B.P. Road,
Angina Post,
CCF District.

மருந்தாகப் பயன்படும் மனித உடல்



மனித உடலின் ஒவ்வொரு அங்கமும் பிற மனிதர்க்கு அவர் நோய்வாய்ப்பட்டிருக்கும் நிலைக்கு ஏற்ப "ஊனுக்கு ஊண்" என்னும் விதத்தில் பொருந்தி அவர் தம் நோயைத் தீர்க்கும் இயல்புடையது.

சித்த மருத்துவத்தில் மனித உடலினின்று மயிர், எலும்பு, பித்து, உமிழ் நீர், மலம், கீரைப் பூச்சி, நாபியுப்பு, விந்து, மாதவிடாய், பனிக்குட நீர், சிறு நீர், முலைப்பால், குருதி முதலியன மிகவும் பயன்படுகின்றன.

1. மயிர்

தலை மயிரைச் சுட்டுக் கருக்கிய சாம்பலில் தேங்காய் நெய் கலந்து சிலந்தி போன்ற கட்டிகளுக்குப் பூச அவை உடைந்து ஆறும். பாலுண்ணி போன்ற வெளி வளர்ச்சிகளுக்கு மயிரை அதில் கட்ட உதிர்ந்து விடும். காடியில் மயிரை நனைத்து வெறிநாய் கடிவாயில் வைத்துக் கட்டக் குணமாகும்.

2. பித்து

மனிதனுடைய பித்தை அஞ்சனமிட்டால் கண்ணில் உள்ள வெள்ளை மாறும்.

3. எலும்பு

1. சித்த மருத்துவத் துறையில் பிரமைக்கும் பித்தத்திற்கும் கபாலத்தை (மண்டை ஓட்டை) பஸ்பமாக்கி பேரண்ட பஸ்பம் என்ற பெயரில் வழங்கப்படுகிறது.
2. ஆறாத இரணங்களை ஆற்றுவதற்கு, பேரண்டத்தின் நுண் பொடி சேர்ந்த களிம்பு ஒன்று அனுபவ வைத்திய பிரம்ப ரகசியத்தில் சொல்லப் பட்டிருக்கிறது. இதில் சிங்கி, தேன் மெழுகு, நல்லெண்ணெய், துருசு, பேரண்டத்தின் நுண் பொடி முதலியன சேருகின்றது. இது மது மேகக்காரர்களுக்கு ஏற்படும் புண்ணை ஆற்றி விடும். சில வைத்தியர்கள் இக்களிம்பையே மிகவும் சுத்தமாகச் செய்து கண்ணில் வளரும் மாமிசப் படல ரோகத்திற்கு கண்ணிலிட்டு அனுபவம் பெற்றுள்ளனர்.

4. மூக்கு நீர்

"நிபசன்னிக் கரிவை நாசி நீர் மிளகுடனிழைத்து விபத்தற கலிக்கமாக விழிகளிலிட்டுச் சிக்குக" என்னும் அடிகளால் நிப சன்னிக்கு மூக்கு நீரில் மிளகை இழைத்து கலிக்கமாக கண்ணிலிடலாம்.

5. உமிழ் நீர்

சுத்தமான உமிழ் நீரை விஷக்கடியிலும், புள்ளிகளிலும் பூசக் குணமாகும். சில மருந்துகளை உமிழ் நீரை விட்டு அரைக்கும் படி சித்த மருத்துவத்தில் கூறப்படுகிறது.

கீழ்க்கண்ட மருந்துகளுக்கு உமிழ் நீரை அனுபானித்துக் கொடுக்க கீழ்க்கண்ட நோய்கள் தீரும்

1. அயபஸ்பம் - சிரங்கு, சொறி, கரப்பான், குட்டம்

2. நாக பஸ்பம் - மஹோதரம், நீர்க்கட்டு, வெட்டை, பாரிச சந்தி, மார்பு நோய், விப்புருதி.

6. மலம்

1. நஞ்சுண்டவர்களுக்கு மலத்தைக் கரைத்துக் கொடுப்பது நம்மவரின் பழக்கமாகும். இது வாந்தியை உண்டு பண்ணுவது மட்டுமின்றி (Nauseant) நஞ்சின் வீரியத்தையும் குறைக்கும் தன்மையுடையது (Antitode)

3. பிறந்த குழந்தையின் முதல் மலத்தை உலர்த்திப் பொடித்து கண்ணிற்கு அஞ்சனமிட கண் வெள்ளை நீங்கும்.

7. கீரைப் பூச்சி

மலத்தின் மூலம் வெளிப்படுகின்ற கீரைப் பூச்சியை உலர்த்திப் பொடித்து வஸ்திர காயஞ் செய்து கண்ணிலிட கண் வெள்ளை கண்ணோய்கள் ஆகியவை தீரும்.

8. நாபி உப்பு

"சோக சன்னிக்கே யாகிற னொப்புளுப் பழுந்து நீரிற் சேகரித்தரி தாரத்தைத் தேய்த் தெரிகலிக்கமிட்டுப்" என்னும் அடிகளால்

சோக சன்னி நோய்க்கு ஆணின் கொப்பூழிற் சேர்ந்துள்ள உப்பை (அழுக்கை) எடுத்துத் தாளகத்துடன் கூட்டி இழைத்து எரித்து அப்பொடியை கலிக்கமாக உபயோகிக்க வேண்டும்.

9. சிறு நீர்

ஆண்களின் சூலை வீக்கத்திற்கு சிறுமியின் சிறுநீரும் பெண்களின் சூலை வீக்கத்திற்கு சிறுவனின் சிறுநீரையும் கொதிப் பித்துத் துணியில் நனைத்து ஒற்றடமிட குணமாகும்.

இருபது வயதுக்கு உட்பட்ட பெண்ணின் சிறு நீரை அருந்த ஆண்களுக்கு உண்டாகும் வெண் குஷ்டம் தீரும். இருபது வயதுக்குட்பட்ட ஆணின் சிறு நீரை அருந்த பெண்களுக்கு உண்டாகும் வெண்குஷ்டம் நீங்கும்.

மோக சன்னிக் காகின் மூத்திரத்
தன்னிற் காமன்
வாகுடனிழைத்துக் கண்ணில்
மாட்டிங்

அதாவது மோக சன்னி நோய்க்கு சிறுநீரில் திப்பிலியை இழைத்துக் கண்ணிலிடும்படிக் கூறப்பட்டுள்ளது.

10. விந்து

மனிதர்களை மயக்கும் வசிய மைகளை அரைப்பதற்கு விந்து பயன்படுகிறது. மேலும் இடு மருந்து, மாத்திரைகள் அரைப்பதற்குப் பயன்படும்.

விந்தை சூட்டுடன் வெண்குஷ்டத்தின் மீது பூச நிறம் மாறும் மற்றும் படர்தாமரை, தேமல் முதலியவற்றிற்கும் பூசலாம்.

11. மாதவிடாய்

பெண்களுக்குண்டாகும் மாதவிடாய் மலினத்தை இடு மருந்துகளில் சேர்க்கப்படுகிறது. இது சேர்க்கப்பட்ட இடு மருந்துகள், வெகு சீக்கிரத்தில் அருந்தியவரின் உடலைக் கெடுத்து குருதியில் அவரைக் கொல்லும் நச்சுத்தன்மையை உடையதாக மாற்றி விடுகிறது.

இதை அனுசரித்துத்தான் பொதுவாக பெண்களை மாதவிடாய்க் காலத்தில் மிகவும் சுத்தமாக இருக்க வேண்டுமென்றும் உணவு சமைக்கும், அருந்தும் இடங்களுக்குச் செல்லக் கூடாது என தடைவிதித்தார்கள் போலும். மாதவிடாய்க் குருதியை வெறி நாய் கடியில் பூச நஞ்சு நீங்கும்.

12. பனிக்குட நீர்

சித்த மருத்துவத்திற்கே சிறப்புத் தருவது சித்தர்களால் கண்டுபிடிக்கப்பட்ட முப்பாகும். இம்முப்பில் மூன்று உப்புகள் சேருவதாகக் கூறப்படுகிறது. அவற்றுள் ஒன்று பிண்டத்தில் உள்ளது என்றும், பிரசவத்தின் போது பனிக்குடம் வழியாக வெளிப்படும் இந்நீரை சூரிய ஒளியில் காய்ச்சி ஒரு வகை உப்பு எடுக்கலாம் என்றும் அதுவே முப்பில் சேரும் என்றும் கருதப்படுகிறது.

13. பிண்டம்

கருச்சிதைவில் ஐந்து மாதத்தில் வெளிப்படுகின்ற பிண்டத்தை வல்லாரையுடன் சேர்த்து ஒரு வித கற்பமாக்கிக் கொள்ள காயசித்தி உண்டாகும் என போகர் - *7000* கூறுகிறது.

14. முலைப்பால்

"இருந்தோஷம் போக்கு மிகற்
கிரிச்சந்தீர்க்கும்
அருந்து மருந்தினனு பானம் -
பொருந்துமது
அஞ்சனத்திற்கு காகு மனல்
வறட்சி நீங்கி விடும்
பஞ்சினடி மாதா தம்பால்"

தாய்ப்பாலானது ஏழு வகை தோஷங்கள், வெப்பம், சந்நிபாதம், வாத பித்த கப சுரங்கள், திரிதோஷம், வாதக் கிரிச்சரம், நாவறட்சி ஆகியவைகளைப் போக்கி வன்மையைத் தரும்.

15. குருதி

வெறிநாய் கடிப்பட்டவனுக்கு மனிதனது குருதியை குடிக்கச் செய்ய விஷம் நீங்கி சுகம் பெறுவான் எனக் கூறப்படுகிறது.

மேலும் குருதியினை சன்னி நோய்க்குப் பற்றிட அவை தீரும் விட சன்னிக்கு பெண்குறிக்கு பக்கத்திலுள்ள இடுக்கில் கீறி குருதி வாங்கி அதில் திப்பிலி, சுக்கு, ஓமம் ஆகியவற்றைக் கூட்டி இழைத்துக் கண்ணிலிட்டும். அக்குருதியில் மஞ்கள் பொடி கொள்ளுமா, இஞ்சிச் சாறு ஆகியவற்றைக் கூட்டி நெற்றியிலும் உச்சியிலும் பற்றிட்டு உச்சிக்கு அனலைக் காட்ட அது தீரும் என்பதைக் கீழ்க்காணும் பாடலால் அறியலாம்.

"விடசன்னி தனக்கு மாற்று
வேண்டுமேற் கடியைச் சேர்ந்த
துடைக் குருதியிலே காமன்
சுக்கசமதாக மூன்றும்
புடைத்திடு கலிக்க மஞ்கள் பொடி
குளக் கமிஞ்சிச் சாறு
உடைத்திடு சிரத்திற் பற்றாகுச்சியை
யனலிற் காய்ச்சே"

"தீச் சன்னிக் குறத்தி ரத்தந்
திப்பிலி மிளகிந் துப்புத் தேச்சிடு
கலிக்கங் கண்ணிற்"

என்னும் அடிகளால் தீச்சன்னி நோய்க்கும் பற்றிடலாம் எனத் தெரிகிறது.

"சண்டசன்னிக்கு
கண்ணூருச் சானுவினுதிரந் தன்னி
விண்டைவே ரபினி நைய விளங்கு
கண் கலிக்கமிட்டே"
என்ற அடிகளால் சண்ட சன்னியும் தீரும் எனத் தெரிகிறது.

16. மென்னுறுப்புகள்

தற்காலத்தில் மேனாட்டு மருத்துவர்கள் பிற மனிதர்களின் குருதி, இதயம், பிருக்கம், விழி மற்றும் அநேக உறுப்புக்களை பரிமாற்றம் செய்கிறார்கள்

ஆனால் முற்காலத்திலேயே சிவபெருமானது கண்களுக்கு "ஊனுக்கு ஊன்" என்னும் உரை கண்டு தம் கண்களையே அளித்ததாக திருவிளையாடற் புராணம் கூறுகிறது.

இக்கட்டுரையில் உள்ள முறைகள் தற்போது பல வழக்கில் இல்லாவிட்டாலும், இவைகள் சித்த வைத்திய ஆராய்ச்சிக்கு பெரிதும் உபயோகமாகும் எனக் கூறி இக்கட்டுரையை முடிக்கின்றேன்.

கல்லூரி ஆண்டு மலர் - *1971*

(மேற் கண்ட கட்டுரையைத் தொகுத்த Dr. சொ. முருகேசன் அவர்களுக்கு நன்றி)

நினைவலைகள் தொகுப்பு:
இரா. மீனாட்சி சுந்தரம்
இளநிலை நான்காம் ஆண்டு.

மறைந்த தாவரவியல் பேராசிரியர்
Dr. குமாரசுவாமி
அவர்களுக்கு

இரங்கல்பா

குமரிப் பகவதியின் நாட்டினிலே தேசிய கவி
நாயகத்தின் பேரராய்
அவதரித்த குமாரசாமியவர் பிறந்திட்ட மண்தனக்கு
பெருமை சேர்த்தார்
சித்தர் வழி வாழ்ந்து குமரியன்றி இமயம் விஞ்சி
உலகினுக்கோர்
விடி வெள்ளி வெளிச்சமதாய் வாழ்வினுக்கோர்
போகரின் சீடர்போல
போகர் அவர் வழிவந்து உலகமெல்லாம் சுற்றி
வந்து சித்தர் கருவினையே
ஆய்வுக் கட்டுரைகள் பலவற்றில் முத்திரைகள் பதித்து
வந்து திரும்பியே
தாயகத்தின் சித்த மருத்துவராய் சீலமுடன் செயலாற்றி
பார்புகல பணி செய்த காட்சியினில் போகரவர்
அவதாரம்
வெளிப்படையாய் கவிபாடும் திறன்மட்டோ
பிறர்கவிக்கு விளக்கமட்டோ
வியக்கத்தை வியம்புகையில் சிறப்பான பேராசிரியர்
என்பாரே
கேட்டவர்கள் வியப்புறவே சித்தரவர் கலியுக
அவதாரம் செய்தாரோ
சீர் பெற்ற பேராசான் நம்மவர் அல்ல என்று தள்ளி
வைத்தார்
ஆகையாலே போயிற்று அவர் வழி வெளியான
கருவெல்லாம் பாழாச்சு
ஒளி பெற்ற கருத்தெல்லாம் மறைப்பின்றி
வெளிப்பட்டும்
வள்ளலார் கூற்று போல கேட்பவர் இன்மையாலே
ஊமைதாய்
சித்த துறைத்தனத்தால் அதிகார மமதையாலே
ஒதுக்கிட்டார்
சிதைத் திட்டார் அவர் பெருமை ஆயினுமென் மேலை
நாட்டார்
என்ன தவம் செய்தனரோ அழைத்திட்டார் ஏற்புடனே
அவர் தமக்கு
கருவெல்லாம் சொல்லிடவே புறப்பட்டார் முன்பாக
ஆஸ்திரேலியர்
முனைப்பாக மலேசியர், தென் கொரியர், ஜெர்மனியர்
நினைப்பாக ஈழ நாடு, கன்னட நாடு, மக்களுமே
போட்டியிட்டு அழைத்திடவே
அன்புடனே அவர் தந்த கருவெல்லாம் புத்தகமாய்
வெளியிட்டார்
அன்னியர் நாட்டினிலே அவரவர் பாஷைதனில்
புத்தகமாய்
வந்திட்ட பின்பும் கூட நம்மவர் சித்தர்
துறைத்தனத்தார்
பித்தமதாய் வீண் பேச்சு பேசியே கண்ணிருந்தும்
குருடராய் ஓட்டிவிட்டார்
பல்வேறு துறைதனிலே செயல்வீரம் காட்டியல்லோ
நல் திட்டம் பல போட்டு தொண்டு பல செய்திடவே
பல்வேறு பட்டங்கள் தான் வந்து அனைத்தபோது
மமதையில்லை
செயல் வீரர் குமரனுக்கு சான்றுதரும் குறைகளன்றோ
ஏற்றந்தரும் எஸ் எம்பி யூனிட்டும் எல்.ஆர்.பி.
யூனிட்டும்
நித்தம் நிற்கின்ற தாவர வர்க்கத்தின் வகையினுக்கோர்
ஆய்வுக்கூடம் கிரீனவுசாம், படைத்தபின்பும் அதிலவர்
நுழைவதற்கோர்
தடைசெய்தார் பொறாமையாலே அவர் பெருமை
விளங்காதோர்
போலித் துறவிகள் போல் போலி சித்தரால்
செயலின்றி விட்ட துறை
தனிச் செயலரையே விட்ட துறை தற்போதும் சாமி
என்போன்
சித்தத்தில் எழுந்த அலைபுரியாத தன்மையதாய்
பொறாமையுடன் பகைவரானார்
ஆயினுமே பகையோர் என்றும் ஒட்டாத சாமியாவர்
மீளவும் பொறுமை பெற்று தன் திறனால் உயர்வு
பெற்று
மீட்சியாய் ஒளிவீசி வந்திட்ட சமயத்தில் காலனவன்
குறித்திட்ட நேரத்தில் சித்த துறைதனத்தார்
குரைப்பதுபோது குறையாது
பித்து பிடித்த நிலையதுபோல் கொண்டு சென்றார்
மார்கழியில்
நன்நாளில் நாலரை மணிதனில் அதிகாலை வேளையில்
சித்த துறைதனத்தார் மெத்தனத்தால் போய்விட்டார்
நவீன போகரவர்
பேர் பெற்ற சித்தரவர் இன்று பிறந்து வந்தார் சீடராய்
முன் நிற்பார்
மிகையில்லை தகப்பன் சுவாமி என்பது போல்
தன்னாசிரியருக்கும் சந்தேகம் உரித்தபோது
தெளிவுற்று உரை செய்த
குமரனவர் நம் சுவாமி மெய்தானே பெயர் பெற்றார்
பொருத்தமதாய்
உள்ளத்தில் முக்தியினை பெற்றிட்ட காரணத்ததால்
மவுனமே உருவானார்
கருத்தொன்று தோன்றுமென்றால் கதிரவனாய்
பொருள் சொல்வார்
உழைப்பாலே உயர்ந்திட்ட உத்தமனின் அடிபணிந்து
ஆசி பெற்ற காரணத்தால்
மெய்யன்பாய் உளம்மகிழ அவர் யாத்த
பொருளாலே நிறைவு பெற்ற என்னுள்ளம்
உறைந்திட்ட காட்சியினை யார் அறிவார் என்னிதயம்
தாங்காத தகமைபோலே
அவர் குடும்பத்தார் அதிர்வு கொண்டார் அழுதிட்டார்
திசையறியாமாந்தர்போல
சீர் பெற்ற சிவனுமவன் குமாரசுவாமியவன்
ஆத்மாவிற்கு அஞ்சலியாய் சாந்தி பெற
குடும்பத்தார் குறைவின்றி உய்வு பெற்று சிறத்துடனே
தெளிவு பெற
எப்பொதும் துணை நிற்போம் எனக் கூறி இரங்கல்
கவிதனையே இரைஞ்சுகின்றேன் அவராசி

டாக்டர் க. ஜெயக்குமார் எம்.டி (சித்தா)



Sathya
&
S.Iranya Kumar
Vth B.S.M.S.



Ist Year D.Pharm



IInd Year D.Pharm

Co-Curricular Activities



நன்றியுடன் நினைக்கின்றேன்

நான்காண்டு இடைவெளிக்குப் பின் வெளிவந்துள்ள நமது கல்லூரி மலர் இது.

நடந்து வந்த பாதையினை நன்றியுடன் நினைக்கின்றேன். மலர்பாதை மென்மையானதல்ல. குறுகிய காலத்தில் ஆர்வப் பெருக்கால் தொடுக்கப்பட்ட அறிவு மலர். மலர் மணம் கமழ்வதற்குள்ளே இடையில் ஏற்பட்ட இடையூறுகள், இன்னல்கள், இடுக்கண்கள் இவற்றையெல்லாம் புறம் கண்டு , அரைபட அரைபடச் சந்தனம் மணக்கும். அடிக்க அடிக்கப் பந்து உந்தும் தீட்ட தீட்ட வைரம் ஒளிரும் என்பது போல வேதனையிலும் சாதனை கண்ட சரித்திர மலர்.

இந்தப் பெருமைக்குரிய மலருக்கு பேருதவி புரிந்து, எந்தப் பணி இருந்தாலும் எங்கள் பணிக்கு முதலிடம் கொடுத்த நமது கல்லூரி முதல்வர் டாக்டர். **கே.வி. வைத்தீஸ்வரன்** M.D. (S) அவர்களுக்கும், துணை முதல்வர் **டாக்டர். கந்த பலவேசம்** அவர்களுக்கும் நன்றியினை நல்குகிறேன்.

கவின் மிகு கவிதைகளைத் தேர்ந்தெடுத்து மலரின் மணத்திற்குப் பெரிதும் துணைநின்ற ஆசிரியர் செயலர் டாக்டர். **பொ. இரா. ராமசாமி** M.D. (S) அவர்களுக்கும், ஆசிரியப் பொருளாளராக இருந்து ஊக்கமும் ஆக்கமும் அளித்த டாக்டர் **வீ. ராம்தாஸ்** M.D. (S)அவர்களுக்கும், படைப்புகளைத் தேர்ந்தெடுக்க துணை நின்ற **டாக்டர் ஜெய் சங்கர் II** M.D.(S) அவர்களுக்கும் மற்றும் மலர்க்குழு உறுப்பினர்களுக்கும் நன்றியினைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.

தோளோடு தோள் நின்று இறுதி வரை என்னுடன் இணைந்து கடமையாற்றி இந்தப் மலர்ப்பணிக்கு அஸ்திவாரமாக இருந்து விளம்பரப் பிரிவைக் கவனித்த நண்பர் மா.வேணுகோபால் அவர்களுக்கும், தொலைத் தொடர்பு பிரிவைக் கவனித்த கா. பூங்குன்றன் அவர்களுக்கும், அலுவலகப் பிரிவைக் கவனித்த இரா.மீனாட்சி சுந்தரம் அவர்களுக்கும் நன்றிப் பெருமூச்சின் நயனங்களை தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.

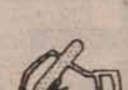
மலருக்குப் படைப்புகளைத் தந்து உதவிய ஆசிரியப் பெருமக்களுக்கும், மாணவ - மாணவியருக்கும் எனது நன்றியினைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.

மலருக்கு விளம்பரம் தந்து உதவிய தொழிலகங்களுக்கும், நன்கொடை தந்த நல்ல உள்ளங்களுக்கும் நன்றியினைக் காணிக்கையாக்குகிறேன்.

புகைப்படங்கள் எடுத்த மங்களம் புகைப்பட நிலையத்தாருக்கும், தங்க மனம் கொண்டு எங்கள் மலரை அச்சிட்ட **ஸ்வர்ணப்பிரியா அச்சகத்தாருக்கும்** நன்றியினைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.

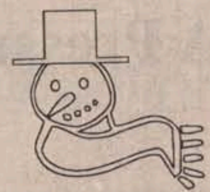
இம்மலர்
தேய்ந்து போன எண்ணங்களுக்கு முடிவுரையாகவும்
புதுயுக விடியலுக்கு முன்னுரையாகவும் இருக்கட்டும்!

நன்றியுடன்



செ. சவரிராஜ் சகாயம்
மலர்க்குழு மாணவர் செயலர்.

With the Best Compliments from



BETHEL BLOOD BANK

✆ 72035
73675

Govt. Approved



17, Thiruchendur Road,
Palayamkottai, Tirunelveli - 627 002.

☞ 24 Hours Service

VIGRA SURGICALS

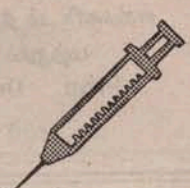


4-h, Balaji Mansion,
Madurai Road, (Opp. Bus Stand)
Tirunelveli - 627 001.

Stockists for

- J.Mitra & Bros, Pvt. Ltd.
- Span Dianostics, Pvt. Ltd.

SURGICAL POINT



63, Perumal Sannathi Street,
Tirunelveli - 627 001.

Whole Sale Dealer for

All Surgical Disposables

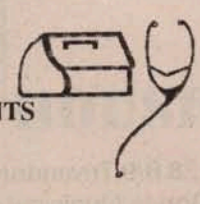
விழா மலர் வெற்றி பெற வாழ்த்துக்கள்

DR.K. குருநாதன் R.I.M.P.

மனோன்மணி சித்த வைத்திய சாலை,
10-A, பேரூர் ரோடு,
கோயம்புத்தூர் - 641 026

With Best Compliments From

CASIO SURGICAL CO



Dealers in

* SURGICAL INSTRUMENTS, HOSPITAL & LABORATORY EQUIPMENTS

182/E/4-J,High Road, Tirunelveli - 627 001.
Telex: 0433-22 4, PCO IN   Phone - 25283

With Best Compliments From .....

FASHION NEWS

Readymades for
GUYS, GALS AND KIDS

Near Palai Bus-Stand. Ph: 71844

SUBASH ELECTRICAL WORKS

Under Taking

2-1-181-B, Trivandrum High Road,
(Opp. Dinamaler)
Vannarpet, Tirunelveli - 627 003.

* **Motor Winding**
* **Generator Repairing**
* **Industrial Electrical Equipments, Repairs.**

நல்வாழ்த்துக்கள்

எங்களிடம் எல்லாவித சித்த, ஆயு ர்வேத மற்றும் அலோபதி மருந்துகளும் கிடைக்கும்.

ராசி மெடிக்கல்ஸ்

38-A,திருவனந்தபுரம் ரோடு.
பாளையங்கோட்டை.

For Fancy Gift Articals

BABA GIFT CENTRE

128.B/9,Trivandrum Road,
Opp.to Municipal Office,
Palayamkottai, Tirunelveli - 627 002.

Res.71077
72785

நல்வாழ்த்துக்கள்

நவ நாகரீக நகைகள் குறித்த நேரத்தில் செய்து தரப்படும்

சுதா ஜுவல்லரி ஒர்க்ஸ்

*41,*கிருஷ்ணன் கோவில் கீழத் தெரு,
பாளையங்கோட்டை.

உரிமை P.S. வடிவேல் ஆச்சாரி

Best Compliments from



CANNIMARA GARMENTS
32,Stanes 4th Street,
TIRUPUR - 638 602.

VIGU TRADERS
10,STANES 2nd street,
TIRUPUR - 638 602.

DLUX TEXTILE MILLS
Mfrs & Exporters of Grey Sheetings,
13,Raja Bava Building,
Stanes Road, 2nd Street,
TIRUPUR - 638 602.



SPS STORES
Book & Stationary Stores
TRUPUR .

and

CHERAN BOOK HOUSE
COIMBATORE.

SHYAMALA ROAD LINES
Durai Samy Bavan,
TIRUPUR.

PRINCE DYES
Dyes & CHemicals
TIRUPUR - 638 002.

Designed and Printed by
Swarnapriya Offset Printers, 261/3-A, Tiruchendur Road, Palayamkottai - 627 002. Ph: 72144